DR. HAMDİ KALYONCU



ERKEĞİ YÖNETME SANATI

YEDİVEREN

ERKEĞİN YANINDA KADININ MUTLULUĞU

VE

“ERKEĞİ YÖNETMENİN PÜF NOKTALARI”

DR. HAMDİ KALYONCU

YEDİVEREN
YAYINLARI

Erkeğin Yanında Kadının Mutluluğu
Yazar: Dr. Hamdi Kalyoncu
@2011,Yediveren Yayınları
Bu kitabın her türlü yayın hakları, anlaşmalı olarak yediveren yayınlarına aittir.
Kaynak gösterilip alıntı yapılabilir. İzinsiz hiçbir yolla çoğaltılamaz.
Yayın Yönetmeni: Gökhan Alperen Bayrak

Editör: Gülhan Bayrak
Kapak Tasarım: Ferhat Çınar
Mizanpaj: G. Nihal Özdemir
Müşteri Temsilcisi: Erol Demir
Sertifika No:19687

Talat Paşa cad. Talat Paşa Apt. No:32 D:1
Bahçelievler / İSTANBUL
Tel: + 90 212 506 13 84 - +90 212 506 13 85 Fax : + 90 212 506 13 86
info@yediverenyayinlari.com
www.yediverenyayinlari.com

I

MUTLULUĞUN EVLİLİKLE İLİNTİSİ NE?

“Düşüncelerimizle algılar, duygularımızla yaşar, inançlarımızla mutlu oluruz.”

İhtiyaçların karşılanması ve yeteneklerin uygulama imkanına kavuşması ile oluşan tatmin duygusuna “mutluluk” diyorsak, yetenekler ihmal edildiği ve ihtiyaçların yeterince giderilemediği ortamlar da, doğal olarak mutsuzluğu getirecektir.

Mutluluk duygusunun sürekli tadılması için temel ihtiyaçların karşılanması gerektiği kadar, kişiyi kendisi yapan yeteneklerinin de keşfedilip geliştirilmesi ve yaşamın bir parçası haline gelmesi gerekir.

Aslında bu durum sadece insan için değil, tüm canlılar için geçerli.

Mutsuzluk varsa;

Yapılması gerekenler yapılamıyor,

Olması gerekenler olamıyor,

Hayat anlamlı yaşanamıyor demektir.

Yapısına uygun ortamı bulmuş bir canlı, yaratılış özelliklerine uygun şekilde yaşar.

Bir sümüklü böcek ise söz konusu olan, nemli yeşillik bir ortamda, yapraklar arasında olacaktır. Onun mutluluğu için budur gerekli olan.

İnsanlar mutsuz ise; sümüklü böceğin yaptığı gibi, yeteneklerini ifade imkanından mahrum oldukları içindir.

İhtiyaçları gidermek ve yetenekleri ile kendini gerçekleştirmek! İşte, mutluluğun iki temel şartı.! Aksi halde o güzel duyguyu tatmak hayal olur.

Bu bağlamda, evlilik de, bazı ihtiyaçları karşılamak ve belli yetenekleri gerçekleştirmek için gerekli. Ama ideal şartlarda olsa bile tek başına

“evlilik” mutluluk için yeterli olabilir mi?

“Evlilik” Mutlu Olmak İçin Yeterli mi?

Evlilikte, “kadınlık” ve “erkeklik”le ilgili yetenekler tam olarak karşılık bulsa da, tarafların gerçekten mutlu olacağı düşünülebilir mi?

“Mutluluk”, bedensel ve ruhsal yeteneklerin karşılık bulması ise, yeterince iyi de olsa, evliliğin bunu tek başına karşılaması mümkün olamaz.

Çünkü kadının da, erkeğin de ruhsal ve bedensel yeteneklerin tamamı karşı cinsle ilgili değil. İki tarafın da “cinsiyet” dışında yetenekleri var. Bu sebeple, karşı cinse yönelik ihtiyaçların karşılanması, her bakımdan tatmin olmayı sağlamaz.

Özellikle kadınların, ‘evliliğimde bir problem yok, her istediğim yerine getiriliyor, ama gene de mutsuzum!’ dediklerine sıkça şahit olmamızın bir sebebi de budur.

Cinsiyetle ilgili olanların dışındaki yetenekler ihmal edilmiş ise tatminsizlik, yani bir ölçüde mutsuzluk kaçınılmaz olacaktır.

“Kadınlığına Hapsedilen” KADINLAR..!

Yeteneklerimiz, doğuştan gelen ve içimizde yaşayan çocuklardır. Doğal ihtiyaçlarımızın karşılanması yanında, bu çocukların da dikkate alınması, hesaba katılması, beslenmesi, geliştirilmesi yani tatmin ediliyor olması gerekir.

Beslenip büyütülmezler, aç susuz ve ilgisiz bırakılırlarsa ağlarlar. Biz de içimizdeki bu feryatları “mutsuzluk” olarak algılarız.

Evlilik, yeteneklerin tümünün değil, sadece bir miktarının uygulama alanı bulması ve bir kısım ihtiyaçların karşılanmasıdır!.

Erkekler eğitimleri, iş alanları, hobileri, sosyal etkinlikleri ile kendinde bulunan farklı yeteneklerini uygulama alanına koyar ve rahatlarlar. Bu sebeple de, hayatlarından, eşleri kadar şikayetçi olmazlar.

Kadınlar ise, kendilerine biçilen rolleri itibariyle, daha çok cinsiyetleri ile sınırlı bir hayat yaşadıkları için, içlerinde hep bir boşluk hissetmeye

meyillidirler. Bu boşluk hissi anlamsızlığa, anlamsızlık da sürüp giden şikayetlere neden olur. Bu tabloya bir de “hayatın amacı”ndan habersiz olma durumu eklenmişse, işte o zaman durum daha da vahim bir hal alır.

Hayatla ilgili yakınmalar duymamızın önde gelen sebeplerinden biri olan bu durum, kadınlarda ruhsal tatminsizliğin ve psikolojik rahatsızlıkların da zeminini oluşturur.

Konu, herkeste aynı derecede hissedilmiyor olabilir. Özellikle yetenekleri kısıtlı olanlarda! Onlar bir anlamda şanslı bile sayılabilirler. Çünkü, yetenekleri sınırlı olanlar problemin pek farkında olamazlar.

Herhangi bir yönde yeteneği olmayanın, tatminsizlik duygusu da olmayacaktır. Yani bir başka deyişle; “Aptallar depresyona girmez!” diyebiliriz.

Çünkü, bir şeylerin ters gittiği ya da eksik olduğunu kavramak için bir miktar zeka ve yetenek gerekir!

Yetenekli olanlar ise, içlerindeki bu yeteneklerin uyandırdığı istek ve arzularla rahat olamayacaklardır. Ta ki o yönde bir meşguliyet bulana dek! Ve, elbette inanç ve değer yargılarına ters düşmeden.!

Pek çok toplumda olduğu gibi, bizde de kadınların bu hayatta üslendikleri roller daha ziyade cinsiyetleri ile ilgili. Meşguliyetleri de, büyük ölçüde dişilikleri ve kadınlıkları ile sınırlandırılmış durumda. Bu ise, çoğu zaman yaratılıştan verilenlerin tümünü ifade etmemektedir.

Kişinin doğuştan getirdiği yeteneklerin uygulama alanına konulması engellenmişse, bu bir anlamda “kadınlığına hapsedilmek”tir. Ki, bu hapishanenin duvarlarının ardında mutluluğu elde etmek zordur.

“MUTLULUK” Sadece Evliliğe Endekslenirse..!

Hayatın amacı iyi anlaşılmamış ise ve kişi yaşadığı hayatı kendisi için yeterince anlamlı bulmuyorsa, maddi şartlar elverişli olsa bile mutlu olmak için yetmez.

Hayatı anlamlı bulmak ve bu anlam yönünde başarılı olduğunu görmek gerekir.

Erkek için “hayatta başarılı” olmak, öncelikle “iş”te, mesleğinde ve sosyal hayatta başarılı olmaktır. O, işinde başarılı ise, evdeki sıkıntılarını fazla da dert etmeyebilir.

Halbuki kadın için durum farklıdır. Onun, “hayat başarısı” ailesinden, evliliğinden, kocasından yana sevgi ve ilgi görmesi ile özdeşleşmiştir. O, kendisini ancak böylece başarılı addeder.

“Eş”te, yani evlilikteki başarısızlık, kadın için, hemen hemen bütünüyle hayatta başarısızlık olarak algılanır. Bu ise temelde bir sakatlığın olduğunu gösterir. Bu sakatlık, gelenek ve göreneklerle oluşmuş kültürel şartlanmalardadır.

Toplumsal şartlanmalar, kadını erkeğe mahkum ettiyse, kadını hayatta potansiyel bir mutsuzluk bekler.

İnsanoğlu, başkaları tarafından yönlendirilebildiği gibi, kendi kendisini de programlayabilecek yeteneğe sahip bir varlıktır. Dolayısı ile, kadın isterse kendini bu şartlanmaları oluşturduğu dar bakış açısının dışına çıkarabilir. Bunun de için de, öncelikle şunları iyi bilmelidir;

I. Evlilik tek başına yetmez!

Mutluluğun önemli bir basamağı olan, kişinin yetenekleri ile ”kendini gerçekleştirmesi” açısından bakılınca da, sadece evlilik tek başına yeterli olamaz. Başka yeteneklerinin de keşfedilmesi ve geliştirilmesi gerekir.

Cinsellik, üreme ve bir de, “seveme sevilme ihtiyacı”nın, karşı cinsle ilgili olan kısmı evlilikte karşılanır böylece kişi huzur bulabilir. Evlilikle bazı ihtiyaçların en iyi şartlarda karşılandığını düşünsek bile, unutmamak gerekir ki, kadın da, erkek de olsa, insan sadece cinsiyetten ibaret değildir. Başka yeteneklerin varlığı da söz konusudur.

Dikkatleri biraz da diğer yeteneklerden yana çevirmeli. Evlenmeden önce hayata öylece hazırlanmalı. Aksi halde “evlilik”, çoğu zaman “mutsuzluk” anlamına gelecek ve her zaman bir tatminsizlik hissedilecektir.

II. “Evlilik” Hayatla olabilecek tüm problemleri çözemez!

“Evlilik” bir yaşam tarzıdır. “Aile tarzında”ki bu yaşam tarzını yeterince beceremiyorsak, biraz da yaşam felsefemizle ilgili eksiklikleri sorgulamak

gerekir.

Hayata bakışımızdaki yanlışlıklar, “insan”a bakışımızı, “karşı cins”e bakışımızı da derinden etkiler.

Bir şeye abartılı bakışlar, kişiyi yüksek beklentiler içine sokar. “Hayat”, bize göre “evlilik” ile eşdeğer hale gelmiş ise, ister istemez, problemler karşısında evliliğe yükleniriz.

Beklentileri ve hayatla ilgili problemlerin çözümünü tümüyle evliliğe yüklersek, çatırdar.

“Evlilik” sorumlu tutulunca da “eş” suçlanır. Bu, bir açmazdır ve sağlıklı yaklaşımların önünü keser.

III. Gerçek mutluluk için, evliliğin de üzerinde bir “anlam” gerekli

Erkekten yana beklentilerinizin tümü gerçekleşse de, eğer hayatınızın belli bir amaçtan yoksunsa, yaşamınızda bir anlam göremiyorsanız, asıl büyük problem budur.

Hayatın size yüklediği misyonun bilinci içinde değilseniz, tatmin olmamış yetenekler gibi, içinizdeki boşluğu her zaman hissedeceksiniz. Zengin ya da varlıklı olmanız da anlamsızlık probleminin üstesinden gelemez.

Aynen şu satırlarda anlatıldığı gibi;

“Bolluk içinde yüzen toplumlarda ve zengin eyaletlerde.. uzun süredir, artık uyanmaya başladığımız bir rüya görüyorduk: Bu, insanların sosyoekonomik durumunu iyileştirmemiz halinde her şeyin yoluna gireceği, insanların mutlu olacağı rüyasıydı. Karşımıza çıkan gerçek ise şudur: Yaşama savaşı şiddetini kaybedince, “Ne için yaşam?” sorusu gündeme gelmiştir. Bugün daha çok insan yaşamak için gerekli araçlara sahip, ama yaşamak için bir anlamları (meaning) yok.

Hastalar artık Freud ve Adler çağındaki gibi aşağılık duygularından veya cinsel engellemelerden şikayet etmiyor. Bugün psikiyatriste gitmelerinin nedeni “boşunalık” duygularıdır.

Albert Camus bir keresinde şöyle demişti; “Gerçekten ciddi olan tek bir sorun vardır; “Yaşam; yaşamaya değer mi, değmez mi?”

Bugünün toplumunu ele alalım: Özünde her türlü ihtiyacı karşılanır, ama birisi hariç; “anlam ihtiyacı!”

Hatta ihtiyaçlardan bazılarının günümüz toplumu tarafından yaratıldığını söyleyebiliriz, ama “anlam ihtiyacı” doyumsuz kalır. Hem de onca zenginliğimizin ortasında ve bu zenginliğe rağmen.

“Teknoloji bizi yaşama (yaşamımızı sürdürme) becerilerinden yoksun bırakmıştır. Bu nedenle kişinin kendi başına çaba harcamaksızın yaşamasını garanti eden bir refah sistemi geliştirdik. ( ) Viktor Frankl, İnsanın Anlam Arayışı, Öteki yayınları, İst, 2000 s.14-20

Tüm ihtiyaçlar en üst düzeyde karşılasa da hayatınızda bir “anlam” yoksa, bunun meydana getireceği boşluk size her zaman nedenini bilemediğimiz bir mutsuzluk duygusu hissettirir.

Sonuç olarak, bütün bunlar göz ardı edilmeden, biz bu çalışmada, kadınlar için mutluluğun erkekten yana olan kısmı üzerinde duracağız. Ama unutulmamalıdır ki, mutluluk için sadece evlilik yetmez. İdeal şartlarda ya da ideale yakın bir evlilik, sadece mutluluğun tamamlayıcısı olabilir! Başka değil!

Yaşamanın yüce bir anlamı yoksa, evliliğin ne anlamı olabilir ki?!

II

TEMEL İHTİYAÇLAR

Açısından

EVLİLİK ve MUTLULUK

“Eşinizle ‘arkadaş’ değilseniz, evliyken ‘eş’sizsiniz demektir.”

İnsan organizmasının ruhsal ve edensel bütünlüğü için sürekli maddi ve ruhsal beslenmeye ihtiyacı vardır.

Bu ihtiyaçlar, önemine göre az ya da çok, sürekli kendini hissettirir. Bunlardan ilk sırada açlık ve susuzluk gibi fizyolojik ihtiyaçlar, sonra da emniyet ihtiyacı ve diğerleri gelir.

Bir ihtiyaç tatmin edildikten sonra, diğerleri güdü kaynağı olmaya başlar ve önemi ölçüsünde davranışlarımızı yönlendirir.

Karşı cinse olan birlikteliğin bu ihtiyaçlar açısından yerini bilmek, evliliğin hayatımızdaki önemi kavramamızı kolaylaştıracaktır.

Şimdi bu temel ihtiyaçlar açısından konuya bakalım.

A) Fizyolojik İhtiyaçlar İçinde Evlilik

Hayatta kalabilmek için ilk olarak fizyolojik ihtiyaçlarımızın karşılanması gerekir. Canlılığın devamı için gerekli olan besinler maddeleri, su ve mineraller yeterli miktarda alınamaz ise hayatiyet devam edemez.

“Kandaki (ve vücuttaki) tuz, şeker, protein, yağ, mineraller ve oksijen miktarını; asit-baz dengesine, sıcaklık derecesine ve bazı özel faktörlere bağlı olarak karşılama şeklinde özetle ifade edebileceğimiz bu ihtiyaçların tatmini, hayatın idamesi için zorunludur.

Acıktığımızda ve açlık süresi uzadığı zaman organizmamız bu güdüleri tatmin etmek için her şeyi bir tarafa bırakıp gıda sağlamaya çalışır.

Bunun hemen yanında, doğrudan doğruya hayatın idamesiyle ilgili olmayan cinsel ihtiyaç ve annelik-babalık ihtiyacı da bulunur.” (93) Prof.İ.Alev Arık, Motivasyon ve Heyecana Giriş, Çantay Kitapevi, İst. 1996, s.52

Görüldüğü gibi, yeme içme gibi ihtiyaçların yanı sıra, cinsiyetle ilgili ihtiyaçlar da fizyolojik ihtiyaçlar içinde yer alıyor.

Karşı cinsle birlikteliğin, hormonal ve fizyolojik açıdan beden üzerindeki etkileri o kadar önemlidir ki; bu tatmindeki yetersizlikler, birçok hastalığın ortaya çıkmasına sebep olabileceği gibi, pek çok hastalıkta da kötüye gidişi hızlandırır.

Aynı şekilde, duygusal doyum, hastalıkların iyileşmesine de yardımcı olabiliyor.

Yapılan bazı çalışmalar konunun önemini açıkça ortaya koymuştur.

"Eşini kaybetmiş 55 ve daha yukarı yaşta kimseler arasında yapılan bir araştırmada, 6 ay içinde meydana gelen ölümlerin, böyle bir problemi olmayan aynı yaş dilimi içindeki insanlara kıyasla %40 daha fazla olduğu bulunmuş. Bu ölümlerin en başta gelen sebebi de, eşini kaybeden kimselerde, tahmin edilebileceği gibi kalple ilgili rahatsızlıklardır.

Avusturyalı Bartop'un bir araştırmasında ise, eşlerini kaybetmiş erkek ve kadınlarda, 8 hafta sonra bedenin bağışıklık cevabının son derece azalmış olduğu ortaya konmuştur."(29)

(29) Acar Baltaş, Psikolog Dr.Acar Baltaş, Psikolog Dr.Zuhal Baltaş s.30 Stres ve Başa Çıkma Yolları Remzi Kitabevi İst.1990, s.79

Ancak sağlıklı bir ilişki için günahkarlık ve suçluluk duygularının oluşmayacağı tarzda bir birliktelik gerekir.

Genel ahlak ve değer yargılarının reddettiği şekilde bir tatmine yönelmek ise kişinin sinir sistemi ve psikolojisini tahrip eder.

Bunu William James; "Günahlarınızı Allah affedebilir, fakat sinir sisteminiz asla affetmez" sözüyle dile getiriyor.( ) Dale Carnegie, age, s.54

B) Emniyet İhtiyacı İçinde Evlilik

Yeme, içme, beslenme gibi "Fizyolojik ihtiyaç"tan sonra önde gelen temel ihtiyaçlardan biri de "emniyet ihtiyacı"dır.

"Emniyet", yani her türlü korkudan uzak ve esenlikte olma ihtiyacı.

“Tehlikelerden uzak olma ihtiyacı ile istikrarlı (kararlı, dengeli) hayat.. Bağlanma-dayanma-korunma, korkusuz, kaygısız ve kaostan (karışıklıktan) uzak yaşama ihtiyacı, yapılanmış-düzenli-kurallı-ilkeli-kanunlu-sınırların belirli olduğu bir ortam ihtiyacı, kudretli bir koruyucuya sahip olma ihtiyacı...” (94) Prof.İ.Alev Arık, age, s.57

Evlilik, kadınlar için sadece cinsellik ve doğurganlıkla ilgili değil, aynı zamanda “güven” içinde yaşamayı da sağlayacak ortamı oluşturduğu için, neredeyse, mutluluk duygusunun vazgeçilmezi olarak görülür.

Güven ortamı, erkekler için de ihtiyaç olmasına rağmen, duygusallıkları ve fiziki açıdan nispeten güçsüzlüğü olmaları hasebiyle, kadınlar için daha da önemlidir. Evlilikle birlikte, bir erkeğin himayesine sığınma, bir anlamda bu ihtiyaca hitap eder.

Belki biraz da bunun için, kadınlar, erkeklere göre belli bir yaşa kadar evlenememiş olmayı ve evlenme ihtimalinin kalmayışını dert eder, endişeye kapılırlar.

Erkeğin yanında ve evlilik çatısı altında kendilerini “güven” içinde hissettikleri için, onların başka taraflara yönelmeleri tehlike olarak algılanır. Ve tepkiyle karşılanır.

Boşanmaya kolay kolay cesaret edememelerinin başka sebepleri yanında bu duygunun da büyük rolü olsa gerektir.

C) Değer ve Saygı İhtiyacı

İnsanın temel ihtiyaçları arasında yer alan diğer bir ihtiyaç türü de “değer ve saygı” ihtiyacıdır.

Bu ihtiyaç, birbirine bağlı iki alt gruba ayrılabilir.

Birincisi; güç, başarı, yeterlilik, hüner ve ustalık sahibi olma gibi, insanların önem verdiği, güvendiği biri olma.

İkincisi; şeref, şöhret, ün, mevki ve yetki sahibi olma; övülme, tanınma, takdir edilme, saygı görme ihtiyaçlarıdır.

“Bu ihtiyacının tatmini, bireyin kendine güvenmesini (özgüvenini), kendini değerli-güçlü-yeterli ve bu dünyada faydalı bir kişi olarak

hissetmesini sağlayacaktır..

Nevrotik hastalıklar üzerinde yapılan araştırmalar öz değer-özsaygı eksikliğinin insanları nasıl aciz bir duruma soktuğunu göstermektedir. Bu ihtiyaçların engellenmesi, kişide kendini küçük ve yetersiz görme, zayıflık, acizlik duygularının doğmasına sebep olacak. Gittikçe kökleşen bir cesaretsizliği ya da (ruhsal hastalıklar içinde önemli bir grubu teşkil eden) nörotik hastalıklara eğilimi artıracaktır.” (98) Prof.İ.Alev Arık, age, s.58

Yaratıcı’nın, insanı eşrefi mahlukat (şerefli bir varlık) olarak vasfetmesi ve ona yaratılıştan değer vermesi ile başkalarına kulluk yapmaması konusundaki uyarıları, “değer ve saygı” ihtiyacının manevi temellerini oluşturur.

Bu temel değer, kişinin kendi kendisini değersiz duruma düşürmesine de, başkalarının onu köleleştirmesine de engel teşkil eder.

“Değerli olduğunu bilme ve saygı görme” ihtiyacı açısından da, evlilik büyük önem arz eder.

Karşılıklı iki kişinin birbirini “eş” olarak tercih ve kabul etmiş olması, aynı zamanda değer ihtiyacının tatmine yardımcı olur.

Ancak bu değerin süreklilik arz etmesi, karşılıklı saygının sarsılmamasına bağlıdır. Ancak, kadınların, değer ve saygı görme ihtiyacını bütünüyle eşlerine yöneltmeleri potansiyel bir tehlike arz eder.

Evlilikleri ne kadar iyi olsa da, bir kadının kendini değerli bulması sadece kocasının ya da bir “erkeğin gözündeki değer” ile sınırlı görmemeli. Bu, tek başına değer ihtiyacını karşılamaya yetmez.

Kadının, kocadan bağımsız olarak da kendini değerli görebilmesi gerekir. Bunun için, ona değer katacak başka yetenekleri geliştirmeli.

“Olursa iyi olur, ama olmaması hayatın sonu değildir” diye düşünmek için kendine güvenini sağlayacak özellikleri olmalı.

D) “Bilme ve Anlama” İhtiyacı Açısından Evlilik

“Bilme ve anlama” ihtiyacı da insanın temel ihtiyaçlarından sayılmaktadır.

“İçinde yaşanılan dünyayı, bu dünyada olup bitenleri bilme, anlama, çözümleme ve ilişkileri öğrenme, bütün bunların sonucunda elde edilenleri sistemli bilgi yapıları haline sokma, insanın bu dünyada emniyet içinde yaşaması ve kendini gerçekleştirmesi için şarttır..

Merak ve buna bağlı araştırma-yoklama-kurcalama- davranışları, insanlarda bebeklik ve çocukluk çağlarından itibaren ortaya çıkar. Bebekler ve çocuklar merak etmeyi sonradan öğrenmemiş, doğuştan getirmişlerdir.” (100) Prof.İ.Alev Arık, age, s.78

Evlilik, taraflar için hayatı kolaylaştıran ve bu manada sözleşmeli bir birliktelik değil de, diğerinin hayatını gasp etme şeklinde olursa, o zaman özellikle fizik gücü elinde bulunduran erkeğin, eşini baskı altında tutması ve onun bilme ve anlama arzusunun engellenmesi sonucu ortaya çıkar. Bu taktirde evlilik mutluluğa değil, mutsuzluğa götüren bir seyir takip edebilir.

Bazı erkekler, kendilerinin ne işler yaptığını eşlerinin öğrenmesini istemezler. Kadınlar da kocaları ile ilgili şeyleri başkalarından duyarlar.

Ayrıca başkalarının düşüncelerine önem veren erkeğin, kendi eşini “bilmez” ve “anlamaz” olarak görmesi sıkıntılar doğurur.

Bilme ihtiyacının yeterince karşılanmaması, kişilerde, “iyi-candan-dürüst-içten olabileceklerine ve sevebileceklerine inanmama; güvensizlik, hastalıklı bir şüphecilik, ümitsizlik, direnme, dayanma gücünü kaybetme gibi hallerin ortaya çıkmasına sebep olabilir.

“Bu ise, zihinsel sağlığı, ruhsal dengeyi bozar. Bilişsel ihtiyaçların karşılanması ise, kendini aşma yeteneğini, insan potansiyellerinin gelişmesini sağlar. Önlenmesi ise patolojinin (can sıkıntısı bunalımından tutun, hayattan zevk almamaya, insanın kendisinden nefret etmeye başlamasına, bedensel işlev bozukluklarına, zihnin durgunlaşmasına, zihinsel faaliyetlerin bozulmasına ve depresyona kadar birçok anormalliğin) kaynağı olduğu bütün kültürlerde görülen olgulardır.” (100) Prof.İ.Alev Arık, age, s.78

“KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME”

İhtiyacı Açısından “EVLİLİK”

İnsanoğlu için çok önemli temel bir ihtiyaç da “Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı”dır.

Evlilikle birlikte “kendini gerçekleştirme ihtiyacı” şu şekilde etkilenir;

a) Yetenek ve Becerilerle “Kendini Gerçekleştirme”

Hayata gelirken akıl ve zekanın yanında başka birtakım yeteneklere de sahip olan insan, bu yeteneklerini geliştirmek ve gerçekleştirmek ihtiyacındadır. Yeteneklerin uygulama alanı bulması insanın “kendini gerçekleştirmesi” diye ifade edilir.

Bunlar annelik, babalıktan güzel sanatlara, spora, el becerilerine; güzel sesten, ressamlığa, hafızlıktan matematik yeteneğine kadar uzanan her türlü ruhi, kalbi ve akli özellikleri kapsar. Çünkü yetenekler, kendilerinde bulunduğu kişilere o yönde birtakım etkinliklerde bulunma, kendini gösterme ihtiyacı duyurur.

İnsanın kendisi ile barışık ve huzurlu olmasının bir şartı da budur. Yaratılıştan getirdiği donanımına uygun bir hayatı yaşamak tatmin duygusu için vazgeçilmezdir.

Yeteneklerine göre bu ihtiyaç birinde sporcu olma, bir diğerinde ressam, yönetici, tiyatro sanatçısı, mucit v.s olma, cinsiyetle ilgili olarak ideal bir anne, baba olma arzusu şeklinde ortaya çıkar.

Her insanın, yeteneklerine uygun eğitim ve öğretimi, alması da, “kendini gerçekleştirme ihtiyacının yeterli seviyede karşılanmasını temin için gereklidir. Yetenekler körü körüne uygulanamaz, ona uygun bilgi ve eğitim gerekir.

Evlilik, kişilerin birbirini gereksiz kısıtlamalara mecbur bırakmamalı, yoksa, bir yaparken başka taraftan yıkım olur.

İdeal evliliklerde eşlerlerin birlikteliğe halel getirmemek kaydıyla, yeteneklerinin gelişmesi ve uygulama alanı bulmasına destek olmaları beklenir. Bu, evliliği daha anlamlı ve çekici hale getirir.

b) Neslin Devamı İhtiyacında Evlilik

“Kendini gerçekleştirme” arzusu çerçevesinde “çocuk sahibi olmak” da önemli bir yer tutar. Başka bir ifade ile bu, “neslin devamı” ihtiyacının karşılanmasıdır ve önemlidir. Öyle ki, pek çok insan bütün hayatını çocukları için yaşadığı şuuruyla büyük fedakarlıklar gösterir. Yemez yedirir, giymez giydirir. Hatta yeri gelince, kendi hayatını onlar için feda etmekten bile çekinmez; gözünü kırpmadan hayatını tehlikeye atar.

Neslin devamı, aynı zamanda hayatın önemli hazlarından biridir de. Evlilik ise neslin devamı için en ideal ortamdır.

c) “Sevme ve Sevilme İhtiyacı” Açısından Evlilik

“Kendini gerçekleştirme” bağlamında insanı mutlu kılacak bir önemli ihtiyaç da “sevme ve sevilme” ihtiyacıdır. İnsan hem sevmek, hem de sevilmek ihtiyacındadır.

Canlı ve cansız her şeyi..

Yaratan Kudret’ten, onun sevgili kıldıklarına, eşinden çocuklarından aynı ortamı paylaştığı kişilere kadar!

Hatta Yaratıcısından dolayı yaratılmışları..

Bir çiçekten ormanlara, bir karıncadan nice nice canlılara, bir atomdan yıldız topluluklarına kadar.. Sevgiyle, merhametle, hayranlıkla tüm varlıkları sevmek ve severek, kainatla bütünleşmek..

İşte bu sevgi halkasının önemli bir halkası da karşı cinsle ilgili olanıdır. Karşı cins ve onunla birlikte oluşan tüm akrabalık bağlarına..! Hayatı dopdolu ve sevgi haleleri içinde yaşamak!

En Yüce Kudret’e sevgiyle ulaşmak.. Sevgiyle var olmanın en üst mertebesinde “kendini gerçekleştirmek” mutluluğun doruk noktası!

III

KADINLAR NEDEN EVLENİR?

“Mutlu olmak için sadece erkeğe bel bağlayan kadının ömür boyu sırtı yere gelmese de yüzüstü sürünmekten kurtulamaz!”

Her ne kadar “evlilik” hem kadın, hem erkek için fizyolojik ve psikolojik gereklilik ise de, evlenirkenki amaçlar her iki tarafta da aynı değildir. Bu farklılık ise beklentileri ve evliliğin seyrini etkileyen önemi bir etken olur.

Kadınların evlilikleri iki başlık altında toplanabilir;

Bir; Mutlu olmak için evlenen kadınlar,

İki; Eksikliklerini karşılamak için evlenenler,

Üç; Ailesine problem olduğu için evlendirilenler.

Şimdi bu iki grubu da açmaya çalışalım.

A. “MUTLU OLMAK İÇİN” EVLENEN KADINLAR

Kadınlardan yana evliliklerin bir kısmı duygusal nedenlerle gerçekleşir. Sevdikleri ve mutlu olmak için bir erkekle hayatlarını birleştirme kararı verirler. Esasen bu duygusallığın arkasında hayatla ilgili beklentiler yatar. Evlilik yoluyla iyiliklerin gerçekleşeceğine inanırlar. Bu sebeple de her türlü fedakarlığa hazırmış gibi davranır. Birlikteliğe adım atarken de hayatlarından pek çok şeyi gönüllü olarak çıkarırlar.

Öyle fedakarlıklar yaparlar ki, erkeklerin böylesi fedakarlıklar yapmak akıllarının ucundan bile geçmez.

Erkeklerin göze alamayacakları, kadınların ise hep yapageldikleri bu büyük fedakarlıkların sebebi “mutlu olma arzusu”dur.

Esasen bayanlar, hayatlarında önemli değişiklikler olacağını önceden bilir ve buna psikolojik olarak da hazırlanırlar.

Sevdiklerinden uzaklaşacak,

Çoğunlukla eğitimini yarıda kesecek,

Çalışıyorsa işinden ayrılacak,

Birlikte yaşamaya alıştığı ailesini, anasını, babasını geride bırakacak,

O ana kadar alıştığı evini, mahalleyi, semtini, şehri ve belki ülkeyi terk edecek,

Nadiren de olsa, belki inançlarını bile geride bırakacak,

Evlilikle kuracağı yuvanın hayali içinde, ölene dek sürecek olduğuna inandığı, dönülmesi güç bir yola girecek.

Bu ne büyük fedakarlık.!

Bütün bunlar, kadınların evliliğe ne kadar önem verdiklerinin göstergesidir. Onlar için hayata gelişin amacı gibi bir iş; evlilik!

B. "EKSİKLİKLERİNİ KARŞILAMAK İÇİN" EVLENEN KADINLAR

Bazı evlilikler, duygusal olmaktan ziyade, eksikleri karşılama amacına yöneliktir. Onların evlilikleri bu ihtiyaçlardan doğan duyguların belirleyiciliği altında gerçekleşir.

I. "Evden Kaçmak İçin" Evlenenler

Aile içinde sürekli aşağılanan bir çocukluk ve gençlik dönemi geçiren kızlar için "evlilik" evden kaçmak anlamındadır.

"Evlilik" ile kollarına atılacağı kişi onlara "kurtarıcı" gibi görünür.

Evden kurtulma gibi bir arzu ile, karşılarına çıkan erkeği olduğundan daha abartılı görmeye meyilli olur ve hızla karar verir, evlenirler.

Evin boğucu atmosferinden kurtuluşun yolu evliliktir.

* * *

“Evlenirken eşimi severek ve isteyerek evlenmedim. Kalabalık bir ailem vardı. Annemle babamın kavga etmedikleri gün yok gibiydi. Hepimiz huzursuzduk. Ben en küçükleri olduğum için daha çok da ben terslenirdim. Her gelen bana yüklenir, hesap sorardı.

Evlenirken, on kişiye hesap vermektense bir kişiye hesap veririm diye düşündüm.

Maalesef beklediğim gibi olmadı. Yağmurdan kaçarken doluya tutulmuşum.

Eşim sürekli içiyor. Ne olduğunu bilmediğim bazı haplar kullanıyor. Beni adam yerine koyduğu yok. Herkesin yanında aşağılamaktan zevk alıyor sanki!

Evlenmeden önce evlilik gözüme kurtuluş gibi görünürdü. Ne olursa olsun. Evlenip kurtulurum diyordum. Eşim gözüme öyle iyi görünmüştü ki!.

Evlendikten sonra kısa sürede çok farklı biri olduğunu anladım, ama değişir sandım.

İltifat nedir bilmez, asla teşekkür etmez. Benim olduğum ortamda bile inadına başkaları ile ilgilenir.

Biraz üzerine gidecek olsam;

‘Sıktın be! Yeter!’ der; kestirip atar.

Sık sık; ‘Hayatımı yaşamak istiyorum. Sen karışamazsın! İstemiyorsan ittir git!’ diyor. Ne yapabilirdim ki!”

II. “Hayalindeki Prensi Bulduğunu Sananlar”

Anne baba arasında görünür bir problem olmasa bile, sevgisiz bir ortamda yetişen çocuklarda sevgiye açlık diğerlerinden daha fazladır. Bunlar hep doya doya sevecekleri ve sevilecekleri birinin hayalini kurarlar.

Hayalleri, beyinlerinde o kadar büyür ki, gün olur da karşısına biri çıkarsa, onu hayallerindeki beyaz atlı prens sanırlar.

Bu durum, erkeğin, gerçek kişiliği içinde görülmesine de engeldir. Evlendikten sonra hayal kırıklığı yaşamaya en çok namzet olanlar da bunlardır.

* * *

“Babam içki sofrasından kalkmazdı. Onunla tek iletişimimiz mezelerini hazırlamaktı.

Annem sürekli şikayet eder tartışırdı. Geceleri sessiz sessiz ağlardım.

Beni teselli eden tek şey hayallerimdi. Hep evleneceğim kişiyi düşlerdim. Rüyalarıma gelsin ister, öylece uykuya dalardım.

Onun bir gün geleceğine inanmıştım. Geldi, ama ne geliş.! Tıpkı babam gibi! Zevki batsın, içmekten başka zevki yok..

Nefret ediyorum. Bana hayatı zindan ettiler. Önce ailem, babam, sonra da eşim!

Çaresiz katlanıyorum. Ama tükendiğimi hissediyorum. Dayanamıyorum, neden yaşıyorum ki diye kendimi sorgular oldum.

Kötü bir şey yapacağımdan da korkuyorum. Kendi kendime; ‘Yeni bir prens mi? Asla!’ diyorum. Ne zamana kadar dayanabilirim ki?”

III. Gözü Maddiyatta Olanlar

Bazı kadınlar için evlilik söz konusu olduğunda işin maddi yönü ön plandadır. Erkek parasal imkanları, işi ve mesleği ile değerlendirilir.

Burada aşk çok, hatta belki hiç önemli değildir.

Onlar kendilerindeki “maddi sahiplik” duygusunu bu yolla karşılamak isterler. Eşinin sahip olduklarını kendilerinin sayarak tatmin olurlar. Bu duyguları sebebiyle de, evlendikten sonra, sürekli eşinin işlerini denetleme arzusu içindedirler.

Böyleleri karşısında sürekli denetlendiği ve hesaba çekilmek istendiği hissi içinde olan kocalar, tepkilerini çoğu zaman, işleri ve kazançları konusunda bilgi vermemek şeklinde ortaya koyarlar.

IV. Yalnızca “Bir ‘Eş’e Sahip Olmak” İsteyenler

Bir anlamda, sırf evlenmiş olmak için evlenenlerdir.

Evlenememenin hoş karşılanmadığı çevrelerde, kendisine acımalı bakışlarla bakılmaması; ‘evliyim, benim de bir kocam var’ diyebilmek için evlenenler.

Bu evliliklerde cinsellik ve çocuk yapma gibi arzunun olması şart değildir.

* * *

“Baldızım üniversitede. Maaşı dolgun. Evlenemedi. Orta yaşa geldi. Bizim hanıma sık sık soruyor. Eniştemin çevresi vardır. Ona söyle de, beni biri ile evlendirsin!

Artık evlenemeyeceği gibi bir endişe içinde, sıkıntılı. Birkaç yıl daha evlenemez ise çok geç olacağından korkuyor. İkinci eş olmaya bile razı.

Üniversite çevresinde kendisi de birini bulabilirdi, ama çok çekingen. İçine kapanık. Kendi gayreti ile evlenmesi mümkün değil.

Evleneceği kişiyi maddi olarak besleyecek imkanları da var. Biz de böyle sorup duruyoruz arkadaşlar! Na’palım! Hanım da beni sıkıştırıp duruyor, evlenebilse herkes rahat edecek!”

V. Sosyal Baskılardan Kurtulup, “Dilediği Gibi Yaşamak İçin” Evlenenler

İhtiyaçlarını başka erkeklerle giderirken, hiç sevmediği halde, daha rahat hareket etmek için bir eşle birlikte olanlar.

Evlilik onlara toplum içinde daha serbest hareket etme imkanı sağlar. Çünkü, çok kimse dul yada hiç evlenmemiş bir kadını kocaları ile yan yana görmek istemez.

* * *

“Şüphem yok! Bu kadın sadece benimle yatmamış. Başkaları da olmalı. Kocası var. Bir çocuğu var. Eşi durumunun farkında. Zaman zaman

tartışıyormuş. Kocası nasıl bir adam anlamadım!

Kadına; ‘Ayrıl eşinden!’ diyorum; ‘Niye ayrılayım ki?’ diyor.

Kocasıyla uzun zamandan beri hiç yatmadığını söylüyor. Sadece aynı evi paylaşıyorlar o kadar!

Maddi olarak da kocasına ihtiyacı yok. Butik çalıştırıyor. Kazancı iyi.

Adamın da ayrı bir işi var. Anlayacağınız herkes kendi hayatını yaşıyor. Yaşıyor da, ben nasıl bu işe bulaştım bilemiyorum!

Önceleri hoşlanıyordum, artık zaman zaman iğrendiğimi hissediyorum.

Şimdi, o beni bırakmıyor. Öyle yapışkan biri ki! İstediği tek şey var; cinsellik.!”

VI. “Çocuk Sahibi Olma Arzusu” İle Evlenenler

Bazıları doğurganlığını gerçekleştirme, anne olma arzularını gerçekleştirmek için evlenmek isterler.

Böyleleri çok da seçici olmazlar. Evlenecekleri kişinin özellikleri ikinci plandadır. Önemli olan doğal yollardan döllenip çocuk sahibi olmaktır, gerisini pek önemsemezler.

* * *

“Beş yıllık nişanlım sürekli evliliği erteliyordu. Ben ise evlenip çocuk sahibi olmak istiyordum.

Sağlık sorunlarım vardı. Sürekli kistlerim oluyordu. O kadar büyük bir arzuyla evlenmek istedim ki, sanki geç kalırsam hiç çocuğum olmaz diye endişeye ediyordum.

Nişanlım hep geciktiriyordu. Kararımı verdim; hemen evlenmek isteyen biri ile evlendim.

Evlendikten sonra gebe kalamayınca doktora gittik, ‘senden değil’ dediler. ‘Kocandan!’

Benim için bu evliliği sürdürmenin de anlamı kalmadı diye düşünmeye başladım!

Ayrılmak istiyorum. Görünür hiçbir sebebim yok. Kimseye de bir şey anlatamıyorum. Kocam o kadar iyi bir insan ki! Ama ben çocuk için sevdiğim nişanlımdan ayrıldım. Şimdi hangi sebeple sürdüreyim?

Gerçekten çok sıkılıyorum. Kafam o kadar karışık ki!"

VII. "Bir Erkeğin Himayesine İhtiyaç Duyanlar"

Birinin himayesine sığınma arzusu bazılarını evliliğin eşiğine getirir.

Hayata bakışı itibariyle kendi sorumluluğunu taşıyacak durumda olmayan kadınlar için, yaşamanın en kestirme yolu bir erkeğin himayesine sığınmaktır.

Bunlar yaşamın zorluklarına göğüs gerecek gücü kendilerinde bulamazlar.

Evliliğin başka gerekçeleri yanında bu duygu da evliliğe karar vermede önemli bir etkindir.

* * *

"Birlikte biriktirdik, ev aldık, bana sormadan sattı. Parayı bir yılda yedi bitirdi. 'Ben hayatımı yaşamak istiyorum' dedi. Evlendiğim zamanki altınlarım ve babamın verdikleri de gitti.

Dönüp arkasını yatıyor, beni umursadığı yok.

Bir caddede üç sefer aşağı yukarı dolaşsak, bir kere ağzını açıp iki kelime konuşmaz.

Kendimi çok yalnız hissediyorum. Sanki ben başkası ile yakın oldum da beni cezalandırıyor. Ona ihtiyacım var. Dört gündür eve gelmiyor. Ayakkabılarını kapının önüne koydum ki, evde eşim var sansınlar diye!."

17 yıllık emeklerim gitti ama, ayrılmak kolay mı? Ayrılamıyorum, yuvam ne kadar kötü olsa da bana, onunla evli olmak bana güven duygusu veriyor.

VIII. Yalnız kalmamak ve "rahat etmek için" evlenenler

Akranları çoluk çocuğa karışırken bir evlenememe korkusu oldukça rahatsız edicidir.

Kendini geliştirmemiş, hayatın zorluklarına karşı koyma ve kendi çabaları ile bir şeylere ulaşma konusunda umudu olmayan bayanlar için bu daha da önemlidir.

Böylelerinin eşleri bir şeylerin farkına varmaya başladıklarında yapılacak pek de bir yoktur.

* * *

“Doktorum! Nasıl anlatsam ki! Ben bu kadınları anlamıyorum.

Sen dilediğin saatte kalk. Canın sıkılmasın; çağır komşunu ya da sen git.

Rahat rahat kahvaltını yaparsın. Dedikodusu yapılacak birileri vardır nasıl olsa! Olmazsa kocalarınızı çekiştirirsiniz. Onlara isteklerinizi nasıl yaptırdığınızı biraz da nispet olsun diye ballandıra ballandıra anlatırsınız. Sonra gelsin kahveler, kahve falları. Arkasından diziler.

At bulaşıkları makineye! Oh, ne rahat!

Bizim piyasada anamız dinimiz ağlarken, sen buzdolabından buz gibi meşrubatları iç. Ve yat uyu öğlen üzeri.

Bir iki saat sonra kalk, alelusul toz al. Bir şeyler hazırla atıştır. Ya komşuya git, ya onlar gelsin. Biraz kadın programlarına takıl, laklak et.

Nasıl olsa çocuk kreşte. Ondan yana da derdin yok! No’lacak, eşleri kazanıyor, ödesin!

Akşam yaklaşınca da kocana telefon et, ‘Hayatım bugün kendimi iyi hissetmiyorum. Yemek filan yapamadım. İstersen sen gelirken bir şeyler al, olur mu hayatım?’

Ne ala hayat, ne ala memleket!

‘Bir çocuk daha yapalım, dünyanın bin türlü hali var!’ diyorum. ‘Olmaz!’ diyor. Bakamazmış. Bu zamanda çocuk yetiştirmek kolay mıymış. İleride düşünürmüşüz.

Yok kardeşim! Böyle olmaz. Ana babamız bize 20-25 yaşlarına kadar bakıyor; sonra bir el kızı alıyoruz, biz de ömür boyu ona bakıyoruz.

Öyle bakıyoruz ki, kendimize zaman ayırmaya hakkımız yok. En ufak bir ihmal en ağır suç oluyor. Anne babamıza aldığımız küçük bir hediye bile problem!

Bir de böyle zaman zaman psikiyatriye gitmek ister. Sıkılıyormuş, gece uyuyamıyormuş.

Afedersiniz ama, bence bunların işi doktorluk değil.

Rahat battı, rahat! Ne isterlerse alırız. İstedikleri yere tatile götürürüz. Bir günden bir güne içten bir teşekkürlerini de duyamayız. İstekleri bitmez, hiç de memnun olmazlar.

Annelerimiz ormana oduna gider, tarlada iş yaparlardı. Eski elbiselerden kesip dikerek yaptıkları çocuk bezlerini derede yıkarlardı. O zaman kırk çeşit deterjan yoktu. Derede çeşmenin yanında, kara kazanın altında çalı çırpı yakarak su ısıtır. Sepete doldurduğu kirli çamaşırların, üzerine bir tülbent koyar. Onun da üzerine yanan ateşin küllerini doldurur. Külün üzerine de kaynar suyu dökerlerdi.

Öylece kirlerin yumuşamasını beklerlerdi.

Kirleri iyice çıksın diye de, sepetten ‘haşlı, haşlı’ elleri yanarak çıkardığı çamaşırları, kolları koparcasına tokmaklardı benim anam!

Zavallı annem böyle kaç çocuk doğurdu biliyor musunuz? Dokuz.!

İşte biz bunlara dokuz doğurtmuyoruz. Ne dokuzu, iki ya da üç bile doğurtamıyoruz. Neymiş? Bu zamanda olmazmış. Bakamazlarmış!

Allah’tan korksunlar!

Ben anamı, babamın aleyhine konuşurken bir kere görmedim. Bizimki, daha 3 yaşındaki yavruma, hem de benim yanımda; ‘Şu senin baban var ya! Bizi hiç düşünmüyor, hep kendini düşünüyor!’ diyor. Çocukları babalarından soğutan, hatta düşman eden anneler az mı? Hak ediyor mu babalar bunu?!

Odun taşıyan, derede bez yıkayan, o zamanlar buz dolabı olmadığı için, o kadar işin arasında her öğün yemek pişiren ve bir kere babama, ‘yemek yok!’ demeyen anam!

O bunlardan çok daha mutluydu. Hiç şikayet etmezdi. Ne sitem, ne şikayet duymazdık onun ağzından!

Biz erkekler bütün bunları fazlasıyla hak ediyoruz.

Kadın olmak varmış.! Bulursunuz bir zengin enayi. İşi gücü iyi, hali vakti yerinde! Ömür boyu baktırırsın kedine!

Olur da bir gün hizmeti aksatırsa; ‘Bu böyle olmayacak; anlaşamıyoruz, ayrılalım!’ dersin. Mallarının yarısını sana vermeden de kurtulamaz elinden. Kanun var nasıl olsa!

Hey gidi anam benim! Bana hakkını helal et olur mu!

Elleri öpülesi, ayağı yıkanıp suyu içilesi anam!.

Anam aklıma düşünce hep şöyle demek gelir içimden;

“Anne! Sonsuz şükürler olsun ki, sen benim eşime hiç benzemezsin!

Eğer öyle olsaydın, ne ben olurdum, ne de benden sonraki kardeşlerim! Çünkü ben senin dördüncü evladınım.

İnanıyorum, Cennet senin gibi annelerin ayağının altında!

Ben senin ayağının toprağına kurban olurum.

Bana hakkını helal et anne!

Ne olur, helal et!”

C. AİLESİNE PROBLEM OLDUĞU İÇİN EVLENDİRİLENLER

Bazı anne babalar hakim olmakta zorlandıkları kızlarını problem olarak görürler. Söz getirecek davranışların önüne geçmenin tek çaresi onu evlendirmektir.

Ailenin namusu ve şerefini korumanın en kolay yolu budur.

Sar birinin başına, sen kurtul.! Bundan sonra o düşünsün!

* * *

"16 yaşında biri ile evden kaçtım. Bir hafta akrabasının yazlığında kaldık. Gerçekten akrabasının yeri mi, yoksa başka bir durum mu vardı, bilemedim. Kaçtığım delikanlı alçak biriymiş. Bir arkadaşımı aradım, o da aileme haber verdi.

Marketlerden sucuk çalıp getiriyordu. İşsiz güçsüz.

Çok pişman oldum. Korkuyordum ama başka çarem olmadığını anladım; eve döndüm.

Daha sonra biri ile tanıştım. Annem karşı çıkmasına rağmen onunla sık sık buluşuyorduk. Kısa sürede benden istifade etmek isteyen biri olduğunu anladım. Sağlam bir papuç değildi. Ondan da ayrıldım.

Ailem beni hep bir problem olarak gördü.

Şimdi evlendirmek istiyorlar, hem de akrabamdan biri ile. Böylece benden kurtulmuş olacaklar.

Ben istemiyorum. Evlenmeyi kabul edersem kendimi bir ömür sürecek bir cezaya çarptırılmış olarak hissedeceğim diye korkuyorum. Ailem çok ısrar ediyor, kurtuluş yok gibi!

Ne yapacağımı bilmiyorum. Kaçacağımdan da korkuyorlar. Size de bunun için getirdiler sanıyorum."

"Türk kadını ile evlenen erkek, özgürlüğünü kaybetmeyi göze almış demektir!"

IV

KADININ KENDİNİ

MUTSUZ ETMESİ

Toplumsal tavrımız evlilikten yana.! Evlenmeyeni adeta dışlayan bir anlayışımız var.

"Evlilik" ile "mutluluk" özdeş gibi görünüyor!

Ayrıca şu bir gerçek ki, çoğu evli kimse de, evlilikleri sebebi ile mutsuz ve şikayetçi.

Durumdan bu derece şikayet ediliyor olmasının iki anlamı olabilir:

Ya bu ülkenin insanları evliliğe uygun değil,

Ya da "evlilik kurumu" onların beklentilerine cevap verecek bir şey olamaz.

Eğer, bu işte bir "mutsuzluk" varsa, "başarı" yok demektir.

Problem, öncelikle kimin kiminle evlendiğine ve nasıl davrandığına bağlı olmaktan çok, evliliğe bakış tarzı ile ilgili. Sonra da, şikayetçi olan kişinin bizatihi kendisi ile ilgili olsa gerektir.

Mutsuzluktan şikayet eden kadınların çoğu ise eşini suçlamaya meyilli. Sebep olarak onu görürler.

Mutsuzluğun erkekten kaynaklanan sebepleri elbette göz ardı edilemez. Erkeğe yönelip sebepleri ilgili bahse bırakıp, burada, kadının evlilik içindeki olumsuz davranış ve düşünceleri üzerinde yoğunlaşmaya çalışacağız.

Böylece, belki, kadını mutluluğa ulaştıracak ip uçlarını daha kolay bulabiliriz.!

Kadın Kendini Nasıl Mutsuz Eder?

Erkeğiyle daha çok mutlu olmak isterken, yaptığı yanlışlıklarla mutsuzluğunu kendi elleriyle hazırlayan bayanlar hiç de az değildir.

Kadının bir anlamda kendi kendini mutsuz eden bu düşünce ve davranışlarını şöylece sıralamak mümkün;

I. Erkeğin hayatını kontrol altında tutmaya çalışmak

Kadınlar genellikle evli oldukları erkeği kontrolleri altında tutmaya çalışırlar. Buna mecbur oldukları, hatta başarılı bir evliliğin böyle olması gerektiği kanaati yaygındır.

Böyleleri sürekli olarak erkeği "denetleme", "sorgulama" ve "yargılama" tarzında davranış içindedirler.

Elbette, bunun kendileri için yorucu ve huzursuzluk verici, erkek için ise, itici ve soğutucu olacağını önceden kestiremezler. Kadının buna ne gücü ne de imkanları yeter. Güç yettiremeyeceği bir şey için, takatinin üzerinde gayret göstermenin doğal sonucu ise yıpranmadır.

Halbuki, başarılı bir evlilik için erkeğin kontrol altında tutulması ve sürekli denetlenmesi gerekmez. Onu rahat bırakmamak, öncelikle güvensizliği getirir. İşe güvensizlikle başlamak ise oyunu baştan kaybetmektir.

O kendisine güvenmediğinizi anlamayacak mıdır? Bundan rahatsızlık duymaz mı? Kendisi sizden yana rahat olmayan birinden size rahatlık, mutluluk yansıyabilir mi?

Mutlu olmak için erkeği kontrol etmek yerine, ona güvenildiği hissini vermek mutluluğa daha çok kapı aralayacaktır.

II. Erkeği (ruhuyla, bedeniyle, duyguları ile) satın aldığını zannetmek

Kadınlar, evlendikleri erkek üzerinde "sahiplik" duygusu geliştirirler. Bazıları bunu o kadar ileri götürür ki, ruhuyla, bedeniyle, duyguları ile erkeği satın almış gibi davranırlar. Bedeni ile, malı mülkü ile, tüm duyguları ve hatta ruhuyla kendisinin sahiplenildiğini gören erkeğin huzursuz olmaması nasıl mümkün olsun ki!

Bu derece sahiplik yerine, onu kendisi için ve kendisini de onun için hayatı kolaylaştırma vasıtası olarak görmeyi başarmalı. Bu anlayış, evlilikte sağlıklı iletişimi kuracak temel kural olarak bilinmelidir.

* * *

“Bıktım doktor bey! Bu kadın bıktırdı beni! Sanki hiç işimiz yok, sabahtan akşama kadar nerede ne yaptığımızı bildirmek zorunda imişiz gibi bir tavır içinde. Hep kendisine telefon etmemi istiyor. Hem de günde birkaç kez!

Nasıl olabilir ki? Hem ne anlamı var?!

‘Yanımda olmasan da beni düşüneceksin’ diyor sanki. Davranışları o anlama geliyor. Bir gün telefon açmasam, ‘bugün niye beni hiç aramadın?’ diye hesap soruyor.

Böyle bir şey olabilir mi?

Eve geliyorum bir karış surat. O gün aramadım ya! Bu nasıl mantık? Anlayamıyorum. Bu iş sıkıyor artık!”

III. Erkeği ailesi ile eşi arasında tercih yapmaya zorlamak

Oğlunu evlendiren bir anne, oğlunun evliliği ile yakından ilgilenmek ister. Onun gözünde gelin tecrübesiz olduğundan, ona yol göstermek lazımdır. Kendisi de bir zamanlar yeni gelindi; tecrübesizdi. Şimdi ise aradan yıllar geçmiş ve tecrübe sahibi olmuştur. Gençlere yol göstermesi gerekir.

Bu psikoloji içinde olan kaynanalar gelinlerinin kendilerini dinlemesini, dediklerini yapmasını arzu ederler.

Halbuki yeni evlenen kızlar işlerine karışılmamasını, kocaları ile yalnız bırakılmalarını arzu ederler. Özellikle kocalarının anneleri tarafından yönlendirilmesinden rahatsız olurlar.

Bu durumda kaynana ile gelin arasında oluşan sürtüşmeler, huzursuzluklar, çatışmalar erkeği çok rahatsız eder.

Hiçbir erkek eşi ile annesi arasında tercih yapmaya zorlanmak istemez.

Kaynana ise, geri çekilmeyi oğlunu elkızının tecrübesizliğine bırakmayı kolay kabullenemez.

Bayanlar, evliliklerinin ilk yıllarında kaynana ile didişmekten kendilerini alıkoyabilirlerse evliliğin selameti açısından büyük bir engel aşılmış

olacaktır.

Evlilikteki başarıyı, kaynanaya karşı verilecek savaşta görmemeli. Bu savaşın asla zaferle bitmeyeceğini bilmek gerekir. Kayınvalideye karşı verilecek savaşta üstün gelinse de bunda evlilik için bir hayır yoktur.

Erkeğe, annesi ile geçinemeyen bir hanım görüntüsü vermek yerine, kaynana ile "uyumlu bir eş" imajının avantajı çok daha büyük olur. Bu, erkek için mutluluk verici olduğu gibi, kadına da eşinden ve eşinin ailesinden yana iyilikler sağlayacak bir yöntemdir.

Aksi halde, genç evli erkek, annesi ile geçinemeyen, kavga eden hanımının karşısında, "eş bulunur, ama ana bulunmaz" diye düşünebilir.

Siz, oğlunu evlendirmiş bir anne olsaydınız, sizinle geçinemeyen bir gelin karşısında ne düşürdünüz? Ve de oğlunuzun nasıl bir tavır sergilemesini isterdiniz?!

IV. Eşi ile dost olamamak

Evlilikte mutlu olmak sadece "eş" olmakla olmaz. Evlenmiş olmanın yeterli olmayacağını bilmek gerekir.

Eşinizle "arkadaş" olmanız gerekir. İnsani ilişkiler içinde en uzun süren, en çok aranan ve değer verilen "arkadaş"ça olan ilişkilerdir. Evlilik birlikteliği de "dostluk-arkadaşlık" formatında sürdürülebilirse tatlıdır. Aksi halde, mutluluk beklerken acı bile verebilir. Burada genellikle kadınlar "neden ben?" diye akıllarından geçirebilirler. Yani, "neden ben arkadaş gibi davranmak zorundayım" diyebilirler.

Aslında böyle bir sorunun akla gelmesi iki açıdan yanlıştır.

Bir; bu bir zorlama değildir. "Arkadaş olmak" fedakarlık değil, daha çok kazançlı olmak için gereklidir.

İkincisi; değil eşinizle, hiç kimseyle kendinizi zorlayarak arkadaş olamazsınız. Eşinizle arkadaş olmak içinizden gelmiyorsa, işiniz zor demektir.

Bir kadının, kocasıyla birlikteliğinin "arkadaşlık" derecesini anlayabilmesi için, "arkadaş olan biri nasıl davranır?" diyerek,

davranışlarını gözden geçirmelidir.

İyi bir dost, arkadaş olduğu kimseye;

Anlayış gösterir,

İnsaflı olur,

Beğenir,

Onaylar,

Sever,

Taktir eder.

Kırmamaya özen gösterir.

Hep hataları araştırmaz,

Teselli eder, moral verir,

Her zaman bir şeyler almaya çalışır gibi davranmaz.

Bu, bir anlamda eşinizle barışık olmak, onu kabullenmektir.

Kişiliğiniz "barışçı" bir kişilik ise, bunu başaramamanız için bir sebep yoktur. Barışık bir ruh haline sahip olmak, önce kendi kendinizle barışık olmanızı gerekir. Kendini kabullenememiş; bahtsız, şanssız biri olduğunu düşünen biri iseniz, boşuna uğraşmayın. Siz ne arkadaş olabilir, ne de arkadaş bulabilirsiniz!

Kendi kendisi ile barışık olmayan kişi, kendine karşı haşin, insafsız ve anlayışsız demektir, yani kendini sevmiyordur.

Kendini anlamayan ve kabullenemeyenden, başkasını anlaması da beklenemez!

V. Evliliğin bir ömür ya da ebedi süreceğini sanmak

Mademki, hiçbir şey edebi değil, ilişkiler de ebedi olamaz. Evlenen bir kadın, bu evliliğin sonsuza dek süreceği gibi bir kanaat içinde olmaya meyilli görünür.

Bu psikoloji, en ufak bir aksama karşısında tehlike çanlarının çalmasına neden olur.

Eğer bir süre için, yani belki ölümüne kadar, belki, daha önce bitecek bir süre için size bir imkan olarak tanınan birlikteliği, sonsuza dek kopmayacakmış gibi görürseniz, bu hem yanlış olur, hem de sizi yorar.

O zaman istifade etmeyi değil, sahiplenmeyi ön plana çıkardınız demektir. Sahiplendiğinizi koruyacaksınız, bunun için efor harcayacak ve yorulacaksınız. O size bir ikram gibi gelmeyecek. Tadında bir evliliğiniz olmayacak. Sahiplenmeye eşlik eden “mülkiyet ve kıskançlık” duyguları ruhunuzu tutsak edecek. Ve belki, siz korumaya çalışırken başkaları “istifade” edecek.

Halbuki, kimse kimseye ebedi olarak ait olmaz. Hatta, belki hiçbir zaman ait değildir. Erkek kadından, kadın erkekten bir süre için istifade etmektedir. Zaten evlilik karşılıklı yararlanmak için değil midir?!

Çok sevdiğiniz bir dostunuzun size ait olmadığı gibi!

Ayrıca, evlenmiş olmakla, kendisini erkeğin “azat kabul etmez” kölesi gibi de göstermemeli.

VI. “Yeterlilik” hesabı yapmadan, evliliğini başkalarınki ile kıyaslamak

Evliliği, kendi şartlarına göre değerlendirilmeli iken, başkalarınki ile kıyaslamaya kalkışmak yanlıştır.

Kıyaslama içine girmek, kendine isabet edeni “yeterli görmeme” gibi bir ruh halini ifade eder. Böyle olunca, daha aşağıda olanlar görülmez. Hep daha yukarda olanlara bakılır.

Kıyaslamak, ister istemez, arkasından yarışmayı da getirir. Bunun sonu yoktur. Sürekli yarışmak, üstelik bu yarışı kendi imkanları ile değil de, “eş”i de olsa, bir başkasından isabet edenle yapılmak hiç mantıklı olamaz.

Kadın kıyaslamada kendini geride görürse, erkeğe sitem eder. Bu da erkeği gönülsüz etmeye yeter.

Kıyaslamanın girdabına kapılmadan bir hesap yapmak ve şu soruyu sormak gerekir;

“Evliliğim, bu haliyle bana yeter mi?”

Erkeğin sağladığı ya da sağlayabildiği kadarıyla eldeki imkanlar yeterli mi, değil mi? Daha doğrusu, sizin için kafi mi? Önemi olan budur.!

Değer yargılarınız ve hayat görüşünüzle birlikte, ihtiyaç ve beklentilerinizi göz önünde bulundurarak; “Elimdeki bu! Erkeğimin sağlayabildiği veya bana layık gördüğü bunlar! Ben bunlarla yetinmeli miyim?” diye sorduğunuzda; “Eh na’palım, yeter herhalde!” diyorsanız mesele yok.

Yok, eğer “Bunlarla yetinemem; asla olmaz! Ben çok daha fazlasına layığım.” diyorsanız.. Kendi çalışmanızla veya bir başkasıyla daha fazlasına ve iyisine erişeceğiniz kanaatinde iseniz, durmayın!

“Ben bunlar için bir adamın derdini çekmem; böyle evlilik olmaz olsun!” diyen ve hep başkalarına bakıp mutsuz olan birine denebilecek tek şey vardır: “Öyleyse ne bekliyorsunuz?”

* * *

“Beni sürekli arkadaşlarının kocaları ile, ya da akrabaları ile kıyaslar.

Önceleri anlatmaya çalışıyordum. ‘İleride olur’ diyordum.

‘Bak, boş durmuyorum, çalışıyorum; ama herkesin şartları farklı. Kimseye muhtaç değiliz, yetmez mi?’

Bu sözlerim onu daha çok sinirlendirir oldu.

Bıktım artık. Bu konularda ağzını açtığında ya susturmaya çalışıyorum ya da çekip gidiyorum. Kaç kere vurup kırmak geldi içimden, sabrettim.

Arada bir; ‘Ayrılalım!’ diyor ama, ciddi olduğunu sanmıyorum. Ciddi olduğunu bilsem, ‘Tamam! Gidelim mahkemeye!’ diyeceğim ama, bir de küçük çocuk var! Asıl kolumu kanadımı kıran o!

Ben, ‘bunun için mi onu kendime eş, çocuğuma anne seçtim’ diye düşünüyorum. O kadar sıkılıyorum ki.! Kendimi tanıyamaz oldum.”

V. Erkeğin dünyasından uzak durmak

Erkekle yatağa girmek değil, hayatına girmek önemlidir. Eşi olmak yetmez, erkeğin hayatına girmek için onunla dost olmak gerek. Bunun için de zevklerini, hazlarını, alışkanlıklarını bilmeli ve ona göre davranmalı. Damak tadını hesaba katmadan yapacağınız yemeği tek başınıza yemek zorunda kalabileceğinizi bilmeniz gerekir.

Evlilik bir ömür sürecekse onu güzelleştirmek gerek. Birkaç ay kirada oturup çıkacağınız bir evle, size ait ve ömrümüzü geçirmeyi düşündüğünüz evi aynı şekilde döşemezsiniz. Kendi evinizi daha bir gönlünüze göre döşersiniz. Evliliğinizi de zevkli bir hale getirecek olan öncelikle siz olmalısınız.

* * *

“Eşim, babası ve üvey annesi ile her pazar bağ evine giderler. Ben, öyle tarladan, bağdan, bahçeden hoşlanmam. Sevmediğim için, gitmek içimden gelmiyor. Eşim de ailesi ile gidiyor. Eve gelince de yorgundur. Yemeğini yer, biraz tv seyreder, sonra da yatar uyur. Benimle bir şey paylaşmaz. Çok sıkılıyorum. Evde yalnız kalınca mutsuz oluyorum. İçimden bir şey yapmak gelmiyor. Artık annem bile beni dinlemek istemiyor. O da şikayetlerimden bıktı. Evliliğimden bir tat almıyorum.”

V

KADININ TAHAMMÜLSÜZLÜĞÜ

MUTLULUĞA ENGEL

“Erkekle baş etmeye çalışan kadın, başarısını değil, baş ağrısını artırır.”

Sabırlı olmak ise olgun bir kişiliğe işarettir. Olmasını istediklerimiz, yapmayı düşündüğümüz ve gerçekleşmesini arzuladığımız şeyler karşısında sabırsızlık göstermemiz irade zayıflığımızın bir sonucudur.

Elbette acele edilmesi gereken işler de yok değildir. Bir işi yapmak sadece sizin elinizde olduğunda ve apaçık bir “hayır” görüyorsanız, niye durasınız ki! Bir an önce, o hayrı işleseniz ya.!

Yok eğer, iş sizin elinizde değilse, siz size düşeni yaptıktan sonra tahammül ve tevekkülle, “hayırlısı olsun” demeyi başarmalısınız. Sabır aynı zamanda, gerilmenin ve huzursuzluğun da ilacıdır.

Evlilikte de, her şey sizin elinizde olmayabilir.

İyi-kötü yaşayıp giderken, hayatı biriyle paylaşmanın getirdiği değişikliklerin kabullenilmesi zamana ihtiyaç duyurur. İnsan hayatında tahammülün en çok lazım olduğu yerlerden biri ve belki başta geleni evliliktir. Karar verirken buna hazır olmalı. Evlilikte başarı, biraz da tahammülle mümkün.!

Tahammül edilmesi gereken yerde tahammülsüzlük ise kayıpları artırmaktan başka bir işe yaramaz.

Kadınlarda Tahammülsüzlüğe Götüren Sebepler

Kimi haklı, kimi gereksiz olan bu sebeplerden önde gelenleri ve en sık görülenlerini gözden geçirmeye çalışalım.

Erkeğin duyarsızlığı, duygusal açlık ve kadındaki kıskançlığı tahrik edecek davranışlar ile çocuklar konusu bu sebeplerin başında gelir.

I. Erkeklerin Duyarsızlığı

Erkekler eve dinlenmek üzere gelir, kadın için ev, “iş yeri” gibidir.

Bu anlayışla, onlar eşlerinin duyarlı olmasını beklerken, çoğu erkek sorumsuzluk derecesinde duyarsız görünür.

Ev işlerinde daha çok kadına yıkılan sorumluluk ise onun bedensel ve de psikolojik yükünü artırır. Eşinden taktir alamadığını da görürse tahammül sınırları zorlanır. Dayanma gücü azalır.

* * *

Kocam, ‘sen çok bencilsin!’ der. Ama bir sefer teşekkür ettiğini duymadım. ‘Ellerine sağlık’ bile demez. Halbuki, beğenmediğini anında söyler, hiç beklemez. Beğenirse susar.

Hiçbir işine beni karıştırmadı. O kadar söyledim, dinlemedi. Evi sattı, dükkanın sermayesini de başkalarına kaptırdı. İnsanlara çok kolay inanıyor. ‘Borç verme!’ diye yalvardım; kulak asmadı.

Ne zaman bir şey diyecek olsam, bana; ‘Eşlerinizin dediğinin tersini yapın!’ diye bir söz söylüyor. Ben de susup kalıyorum. Olabilir mi böyle bir şey?

Yüz milyardan fazla parayı senetsiz sepetsiz adama verdi.

Yazmanın da Allah’ın emri olduğunu düşünmüyor. Şimdi pişman, ama olan bize oldu.

Adam yattı paranın üstüne. Hem de akrabası. Kaldık beş parasız.

İsteyemiyor da! Öyle bir kişiliği var ki, para verip ortak olduğu adama küstü. Şimdi o çok rahat.

Adamın bir kuruşu yoktu. Evini baştan ayağa yeniledi. Sıfır araba aldı. Lüks içinde yaşıyorlar. O hapiste iken, eşim onun çocuklarına bakıyordu. O içerde iken ailesinin bir ihtiyacını eksik etmedi. Ama hepsi unutuldu. Bir de karısı bana nispet yapıyor. Nasıl rahat olabilirim ki?

Ben bütün bunları eşime söylemiştim. Bir türlü kabullenemiyorum.

Eğer iflas etseydi, tamam der otururdum. Sıkıntılara katlanır; bunu da sabırla, şükürle yapar, ona destek olurdum. Enayice tutumlarını kabullenemiyorum. Gözüme uyku girmiyor.

Ha, bu arada merak ediyorum. Gerçekten, ‘hanımlarınızın söylediğinin tersini yapın!’ diye bir hadis var mı?”

II. Kadında duygusal açlık

Evlilik daha çok duygusal sebeplerle gerçekleşir. Özellikle de bayanlar için.! Duygusallıkları daha derin olması hasebiyle, bu önemli bir ihtiyaçtır. Bazı erkeklerin kafasında cinsellik ve başka ihtiyaçlar en az duygusallık kadar etkin olsa da, kadınların çoğunun gönlünde duygusallık ilk sırada yer alır.

Bu kadar önem verdiği duygusallığın yeterince karşılanamadığı hissi içinde olan kadın için tüm “evlilik hizmetleri” giderek anlamsızlaşır.

Eğer ekonomik bağımlılık varsa, birliktelik sadece “mecburiyet” olarak algılanmaya, maddi bağımlılık söz konusu değilse, o zaman da “evlilik” adeta bir angarya olarak görülmeye başlanır. Ve de dayanma gücünün azaldığını ve tahammülsüzlüğün artmaya başladığını görürüz.

* * *

“Evlenmeden önce kız kardeşimle birlikte kalıyorduk. İkimizin de alışmamıza karşılık zor geçiniyorduk. Arada annemize de para gönderiyorduk. Bazen orta halli bir yere gidip bir şeyler yiyor, gezip dolaşıyor ve mutlu oluyorduk.

Sıkıntılar bizi yıldırmıyordu.

Kardeşim orta halli biri ile evlendi, hala eski işinde çalışıyor, ben ise çok zengin biriyle evlendim.

Evlenmeye karar verdiğimiz gün eşim beni işten ayırdı. Her dediğimi yapıyor, her isteğim yerine geliyor.

İşleri çok yoğun; disiplinli ve programlı bir hayatı var. Plansız hiçbir iş yapmaz.

Bana da vakit ayırmaya çalışır; ama onu da bir iş disiplini içerisinde yapar. Gideceğimiz yer önceden ayarlanır. Ne yiyeceğimize kadar her şey bellidir!

En ufak bir duygusal davranış yok. Robot gibi kurallarla hareket eden bir adam!

Sıkıldım ben bu hayattan. Kendimi işe yaramaz buluyorum. Hayat çok anlamsız. Yataktan kalkmak istemiyorum. Yatıp uyanmak da bana işkence. Sabah, ‘Niye kalkayım, ne için?’ diyorum. Günün anlamı ne?

Çok sinirleniyorum. Son zamanlarda da durup dururken ağlamalarım başladı. En çok da buna sinir oluyorum.

Gün boyu zır zır ağlıyorum.

İçimde hep bir boşluk.! Öyle sıkılıyorum ki, patlayacağım sanki.!”

III. Kıskançlık duygusu

Kıskançlık duygusu da eşler arasında tahammülsüzlüğü artıran ve direnci kıran önemli bir sebep. Doğuştan gelen, ancak kültürel sebepler ve şartlanmalarla oldukça ileri boyutlara varabilen bu duygu çoğu zaman kadını perişan etmeye yetiyor.

Kişinin davranışlarını alabildiğine etkileyen kıskançlık duygusu, bazı erkeklerin inadına davranışları ile daha da artar ve önüne geçilemez tepkilere neden olur.

Eşini başkalarına kaptırıyor sanarak, kendine hakim olamayacak derecede kıskançlık krizleri içine giren kadınlarda meydana gelen şiddetli stres ile, hormonal ve psişik dengesizlikler ortaya çıkarır. Bu, onun fiziksel görüntüsünü de bozar.

Böylece kendine güveni ve beğenisi azalan kadında gözden düşeceği endişesi ile daha çok kıskanmaya, bu da yine stres artışına sebep olacak şekilde bir kısır döngü oluşur.

IV. Çocukların yetiştirilmesi ve terbiyesi

Evlenirken kadınların pek azı, çocuk yetiştirme konusunda bilgi sahibidir. Büyük çoğunluk bu konuda herhangi bir eğitim almamış olarak gebe kalır, çocuk doğurur ve onu yetiştirmeye çalışır. Beşeri planda en önemli şey çocuk yetiştirmektir. Bu iş sadece aileyi ve çocuğu ilgilendirmez, aynı zamanda toplumun kalitesini ve geleceğini de şekillendirmektir.

Bilgi sahibi olmadan çocuk yetiştirmeye kalkışılması anneyi sıkıntıya sokar. Diğer sebepler yanında bu da tahammülsüzlüğü önemli derecede artıran etki meydana getirir.

Artan tahammülsüzlük sonucu, anneler çocuklarını eşlerine çok sık şikayet ederler. Eve yorgun argın gelen babaya çocukları şikayet etmekten amacı, onların hizaya getirilmesidir. Esasen babaların da bu konuda yeterince bilgi ve eğitimleri yoktur. Anneler ise fiziksel güçle otorite kurulmasını isterler. Sonuç aşamayınca da 'Babaları hiç çocuklarla ilgilenmiyor!' diye yakınlar.

Çocuklar ise, babalarına karşı da korku ve ürküntü duyarken, şikayet edildikleri için annelerine karşı gelişen öfke ile daha hırçın olur, bu da kandının tahammülsüzlüğünü artırmaktan başka bir sonuç sağlamaz.

Kadınların Evlilikte Acele Ettikleri Konular

Yukarıdaki sebepler yanında bayanlar, özellikle bazı konularda çok aceleci davranırlar.

Evlilik çatısı altında bir erkekle yaşamaya başlayan kadınların aceleci oldukları konuları şöylece sıralamak mümkün;

I. Erkeğin evliliğe alışmasında acelecilik

Erkekler evlendiklerinde evlilikle ilgili sorumlulukları bayanlar kadar hissetmeyebilirler. Bu sebeple sonra da evlenmemiş gibi yaşamaya meyilli görünürler. Bu onların, evliliğe kadınlar kadar hazır olmadan evlendikleri için bir bocalama dönemi ya da intibak dönemidir. Dıştan bakışta ise sorumsuzluk gibi algılanır.

Kadınlarsa, haklı olarak, eşlerinin hala bekarmış gibi sorumsuz görünmeleri ve bir de üstülük kurma anlamına gelecek tavırları karşısında huzursuz olurlar.

Sabrın sınırlarını zorlayan bu durum karşısında; 'Tamam sen bilirsin. Nasıl istersen öyle olsun!' diyebilmeleri de zordur.

Oysa, zorlama ve ısrarın kendileri için yıpratıcı olacağı muhakkak. Her şeye rağmen, onlara 'evlendiklerini anlayacakları kadar bir süre' acele etmeden, sabırlı davranmaları en azından kendi sağlıkları için gerekli.

II. Yapılması istenen işlerde aceleci olmak

Doğru karar verebilmek ve bir işe başarılı olmak şartlara bağlı iken, bazı, her şey erkeğin elinde imiş gibi davranabilir. Zamanda yapılmayan işlerden dolayı tepki gösterilir. “Hele dur! Bakarız, yaparız!” gibi geçiştiren tavırlar ise işin tuzu biberi olur.

Aslında evlilik “birlikte yaşam” olduğuna göre kararların mümkün olduğunca uzlaşarak alınması gerekirken, erkek emretmeye, kadın ise ısrarlı tutumunu sürdürmeye devam ederse, sürtüşmelerin arkası gelmez.

Herkesin, kendi düşünce ve isteklerini empoze etmeye çalışması iki taraf için de yıpratıcıdır.

III. Erkeği değiştirmede acelecilik

Evlilik tarzında bir yaşamı kabul etmek, karşılıklı fedakarlıklar gerektirir. Bu, biraz da “değişmek” demektir.

Elbette evlenmiş olmak, tam anlamıyla önceki her şeyinden vazgeçmek demek olamaz. Kimse tümüyle değişmek zorunda değildir.

Başkalaşım geçirircesine değişim isteği dayatma olarak algılanır.

“Ne sen ‘sen’ olacaksın, ne de ben ‘ben’ olacağım demek ve bu anlama gelecek bir değişme beklemek yanlıştır.

Sen ‘sen’ olmaya, en de ‘ben’ olmaya devam ederken uzlaşabilecek kadar bir değişimle, birlikte olmayı başarabilmek gerekir.

TAHAMMÜLSÜZLÜĞÜN OLUMSUZ SONUÇLARI

Erkek karşısında kadının tahammülsüzlüğü hem kendine, hem de kocasına yönelik olumsuz etkilerinin ortaya çıkmasına sebep olur.

Bunlar genellikle yıkıcı, törpüleyicidir.

Erkek Üzerinde Olumsuz Etkiler

Eşini sabırsız gören erkek onun yanında rahat olamaz.. Kendisi de, eşini huzursuz edecek davranışlar gösterir.

Bu bağlamda;

Öfke ve sinirlilik belirtileri gösterir.

Yapacaklarını da yapmaz olur. Tam tersi işler yapabilir.

Evliliğini sorgular ve evlilik kararının yanlış olduğunu düşünebilir.

Psikolojik rahatsızlıklar gösterebilir.

Eşini değersiz görmeye başlayabilir.

Cezalandırıcı, ters davranışlara ve eşinin hoşuna gitmeyecek meşguliyetlere yönelir.

Uzaklaşabilir. Evlilik bağı zayıflar, kopabilir.

Kadın Üzerindeki Olumsuz Etkiler

Birçok konuda eşine bağlanan, ama onun tarafından istekleri zamanında yerine getirilmediğini gören kadın mutsuz ve huzursuzdur. Bu ise, istenmeyen bazı durumların ortaya çıkmasına neden olur.

Tahammülsüz hale gelen bir kadının ruhsal ve bedensel bakımdan gösterebileceği olumsuzlukları şunlar olabilir;

Eşine ve çocuklarına karşı sinirlilik,

Sevilmediği, istenmediği, değer verilmediği kanaati,

Evliliğini sorgulama ve pişmanlık,

Aşırı tepkiler verme,

Kişiliği bağırıp çağırmaya uygun olmayanlarda ruhsal çöküntü içine girme,

Kalp, tansiyon ve sindirim sistemi ile ilgili rahatsızlıklar,

Hormonal değişiklikler.

VI

MUTLU OLMAYA MÜSAİT KADIN

“İyi iyiyi, kötü kötüyü bulur;

iyi ol ki, iyiler seni bulsun."

İnsanda, onu mutlu edecek ya da mutluluğa erişmesine imkan vermeyecek birtakım özellikler vardır. Eğer mutlu edici şartlardan uzak bir kişilik söz konusu ise, mutsuz olmak için bahane çok olur. Hiçbir gayret böyle bir kişiyi mutlu etmeye yetmez.

İnsanlar yetişme tarzı ve hayata bakışları itibariyle mutluluğa ya da mutsuzluğa programlı olurlar. İyimser yada karamsar diye nitelemeler biraz da bunu ifade eder.!

Kimileri bardağın dolu tarafını, kimileri de boş olan kısmını görmeye meyillidir.

Bir kadın hayata, evliliğe ve karşı cinse bakışı itibariyle problemli, alışkanlıkları ve şartlanmalı ile de adeta mutsuzluğa programlı ise gayretler çoğu zaman boşa çıkar.

Kişi, mutlu olabilecek gibi değilse, mutlu edebilecek gibi de olamaz.

Mutluluğa yatkın olmak için şartlanmalardan uzak olarak;

"Bazı şeyleri bilmek",

"Bazı şeylerden uzak durmak"

"Ve de, bazı şeyleri unutabilmeyi başarmak" gerekir.

EVLİLİKTE MUTLULUK İÇİN (Bazı Şeyleri) BİLMEK

Mutluluğu kurmak ve devam ettirmek için iki tarafın da bazı hususları bilmesi gerekir. Özellikle de kadınların.! Çünkü onların mutluluk beklentileri daha çok evlilikle ve erkekle ilgilidir.

I. Evlilik şartına bağlı olmadan kendini değerinin farkında olmak

Kişinin kendini bilmesi, yaşadığının farkında olması, var edilmiş olmak gibi bir lütufa mahzar edilmiş olduğunun idraki içinde bulunması ve kendini değerli görmesi gerekir.

Kişi, kadın olsun, erkek olsun, var edilmiş olmanın ve değerinin idraki içinde değilse, mutlu olmanın temel şartlarından birini kaybetmiş olacaktır.
.

II. Daha iyisi için çaba göstermeyi bilmek

Her insan yaratılıştan birtakım yeteneklere ve imkanlara sahiptir.

Bu hayata gönderilirken kendisine verilen bu yetenekler ile ihtiyaçlarını karşılaması ve isteklerine ulaşması kolaylaşır. Ancak yeteneklerin var olması yetmez; eğitilip geliştirilmesi de gerekir. Bunun için çaba göstermeli.

İhtiyaçlarını karşılayacak daha çok imkana, yeteneklerini kullanarak erişmesi söz konusu iken hiçbir gayret göstermeden, eşi de olsa, iyilikleri hep başkasından beklemek uzun süreli mutluluk getirecek bir yol olamaz.

III. Aldıkları ile yetinmeyi bilmek

Mutlu olabilmenin ön şartlarından biri de yetinmesini bilmektir.

İster başkaları tarafından verilmiş, ister kendi gayreti ile ulaşılmış olsun, insanlar ellerindekini hep azımsarlarsa, mutlu olamazlar.

Elbette daha iyiye, daha güzele ulaşmak için çalışmak önemlidir. Ama şükürsüz olan birinin hiçbir zaman doygunluğa ulaşması mümkün olamaz. Bunu için insanlar kendilerine imkan sağlayanlara teşekkürü alışkanlık haline getirmeli.

Memnuniyet göstermekten uzak durmak, alamadıklarının mutsuzluğu içinde olmak yetinmeyi bilmemektir.

Böyle biri karşısında, veren durumda olan, kim olursa olsun şevki kırılacak, vermemeyi tercih edecektir.

Bilmek gerekir ki, “Artılarımızı düşünür şükredersek, artılarımız artar. Eksilerimizi düşünür sitem edersek eksilerimiz artar.”

IV. Gerçekleşmesi mümkün olmayan beklentilerden vazgeçmeyi veya ertelemeyi bilmek

Her istediğine, anında ulaşma arzusu psikopatların özelliğidir. Aklı başında insanlar, her istediklerine her zaman hemen ulaşamayabileceklerini bilirler.

Bu sebeple gerektiğinde istek ve arzuları ertelemeyi bilmelidir. İsteklerinin yerine getirilmesinde yaramaz ya da zekası düşük çocuklar gibi ısrarcı olanların, bir evlilik düzeni içinde mutluluk bulması zordur.

Her ne kadar kadınlarının istekleri karşısında ağırdan alan ve ihmalkar olan erkeklerin sayısı az değilse de, kadınların isteklerini erteleme konusunda pek de eğitimli olmadıkları bir gerçek.

Hayatını erkeğe bağlamış olanlar, mutluluklarına gölge düşmesini istemiyorlarsa, hemen gerçekleşmesi mümkün olmayan beklentilerini ertelemeyi bilmelidirler.

V. Mutluluğun dolaylı gerçekleşeceğini bilmek

Mutluluk duygusunun önemli bir özelliği de, daha çok dolaylı olarak gerçekleşmesidir. Çoğu kimse kazandığı, aldığı, biriktirdiği ile mutlu olacağını sanır. Halbuki mutluluk duygusu insana doğrudan değil, dolaylı olarak gelmeye meyillidir.

Birini mutlu ettikçe; yani verdikçe mutlu olacağını bilmek gerekir. Yedikçe, aldıkça biriktirdikçe değil; yedirdikçe, verdikçe, başkalarının sıkıntılarını giderdikçe, ihtiyaçlarını karşıladıkça huzur bulmak ve mutlu olmak mümkün.

Bunun için hep almaya çalışmak doğru değil. Karşısındaki kişiye böyle bir imaj da verilmemeli.

Evliliğini; kendi çıkarları açısından değerlendirircesine; “Bu evlilik bana ne verdi ki!” diye sorgulayan biri için deniz bitmiştir.

VI. Eşiyle arkadaş olmayı bilmek

En uzun süren ve en sağlıklı ilişki “arkadaşlık”tır. Evliliğin de sağlıklı ve uzun süreli olması “arkadaşlık” formatına oturtulmasına bağlı.

Arkadaşça ve dostça ilişkiler karşılıklı memnuniyeti getirir.

İyi duygularla dolu bir hayat için bu şarttır. Hayata olumlu bakabilenler buna erişebilir.

Duygular görünmez. İnsanlar birbirilerini söz ve davranışları ile tanırlar. Olumsuz söz ve davranışlar kırar, yıkar, dağıtır, uzaklaştırır. Söz ve davranışlara “olumsuz”luk yüklemekten sakınmak gerek. Çünkü bu, karşı tarafa da olumsuzluk götürür ve ilişkileri bozar. Hep olumsuz görüntü vermek, mutluluğa açılan kapıları daraltır ve sonunda da açılmamak üzere kapatır.

VII. Olumlu duyguları geliştirmeyi bilmek

Duygular, başkalarını etkilemeden önce sahibini mutlu ya da mutsuz eder.

Bütün iyi duygular “sevgi” odaklı, bütün kötü duygular “nefret” odaklıdır. İçinde; sevgi, aşk, merhamet, şefkat, acıma, yardımlaşma gibi duyguları besleyen kişi, kendi içinde mutluluk hisseder.

Yüz birim duygunuz varsa, bunların içinde sevgi kaynaklı “iyi” duygularınız ne kadar fazla yer etmişse siz o kadar “iyi”siniz demektir.

Nefret odaklı; kim, intikam, haset, kıskançlık gibi duygulara kendini kaptıran kişinin ise, içine kurt girmiş, ateş düşmüştür. Onu yer, yakar bitirir.

Mutlu olmak istiyorsanız mutluluk vermeyen, kin, nefret, haset, kıskançlık gibi duygularınızı azaltmaya; mutluluk verici sevgi, merhamet, acıma, yardımlaşma gibi duygularınızı artmaya yönelmelisiniz.

İyi duygular gül gibi, kötü duygular leş gibidir.

Gül gibi harika kokular yayacak duyguları besleyip mutlu olmak varken, sırf birini sevmediniz yada hoşlanmadığınız bir davranışını gördünüz diye, içinizde kötü kokular yayacak bir şeyi neden barındırasınız ki!.

VIII. Haddini bilmek

Tüm insanı ilişkilerde “haddini bilmek” kadar önemli ne olabilir! Kişinin ilişkilerini düzenleyen, konumunu kabullenmesini sağlayan, razı olmasını ve yetinmesini kolaylaştıran çok önemli ve önemli olduğu kadar da gerekli bir haslettir bu!

Her insan bir durumla karşılaştığında ya da ortaya çıkan bir sonucu eleştirmeye ve değerlendirmeye başladığında, önce kendine bakmalı. Eğitimi, birikimi ve yeteneklerinin ifade ettiği anlam ve değeri gözden geçirmeli.

“Bana bu mu düştü? Ben buna layık mıyım?” Derken, karşı tarafa haksızlık yapmamalı. Tasavvufi üslup içinde “Kişi kendin bilmeli!”. Kişi kendini bilmez, yani haddini bilmez ise, sürekli haksızlığa uğradığını, hep daha fazlasına layık olduğunu düşünür ki, bunun sonu kaçınılmaz olarak mutsuzluktur.

* * *

“Beş yıl peşinde koştum. Sonunda o razı oldu, aileler kabul etti; sözlendik. Daha evlenmeden, henüz sözleneli üç ay oldu, hiçbir hevesim kalmadı, soğudum.

Bu nasıl biri! Sürekli tartışıyor, beni sorguluyor. Ahret sualleri soruyor; bıktırdı. İlkokul mezunu, ekonomik olarak sıkıntılı bir ailenin kızı. Hep evi en lüks semtlerden tutmamı, en pahalı eşyalar almamı istiyor. Abuk sabuk hayalleri var.

Yanına gitmek için can atardım. Şimdi daha gitmeden sıkıntı başlıyor. İnanın, bu kızın bende meydana getirdiği huzursuzluktan, kağıt oynamaya da başladım, bir nevi kumar yani! En çok korktuğum da buydu!

Ben bu psikoloji ile evliliğe nasıl başlayabilirim ki?”

VII

MUTLULUK İÇİN (Bazı Şeylerden)

UZAK OLMAK

“Erkekler muhtaç görünen kadınlara yardım duygusu ile yaklaşır, eşlerini ise aciz görmekten nefret ederler.”

“Mutluluk” için bazı şeyleri bilmek yetmez. Şartlar iyi olsa da, insanı olumsuzluğa götüren şeylerden uzak durmayı da başarabilmek gerekir.

“Evlilikte mutluluk” için uzak durulması gereken şeyler nelerdir?

I. Gereksiz konulara ve işlere karışmaktan uzak olmak

Kadınlar evlendiklerinde kendilerini yuvanın sahibi olarak görürler. Bunun için her konuyla ilgilenme ihtiyacı duyabilirler.

Bazen, eşinin ailesi ve yakınları tarafından tam anlamıyla kabul görmediğini hissetmesi ile her işe karışmak ve fikir serdetmek durumunda kalabilir. Bu ise yanlış anlamalara ve sıkıntılı değerlendirmelere yol açabilir.

Özellikle evliliğin ilk zamanlarında temkinli olmakta ve daha çok gözlemci konumunda bulunmakta yarar vardır. Gerekli gereksiz her işe karışmak ve söz söylemek sonraki yıllara da yansıyacak şekilde sizi üzüntülere yol açabilir.

II. Kaybetme korkusundan uzak

Eşlerini tarafından terk edilme ya da gözden düşme anlamında “kaybetme korkusu” yeni evli bayanlarda sık rastlanan bir durumdur.

Evlendikten sonra, hatta evlenmeden önce ilgi duyduğu birini kaybetme korkusu.!. Bu korku bazen ölümle bağlantılı olarak görülebileceği gibi, erkeğin ilgisinin azalması ya da ayrılma endişesi tarzında da ortaya çıkabilir.

III. Terk edilme endişesinden uzak

Lezzetleri ortadan kaldıran önemli bir duygu da gelecek endişesidir. İnsanlar gelecek kaygısı ile, içinde bulundukları güzellikleri göremez. Özellikle kadınlar evlilikte birtakım sorumlulukların da etkisi ile gelecek endişesine kendilerini kolay kaptırırlar.

“Ya beni sevmezse!”

“Gözden düşersem..!”

“Başkasına ilgi duyarsa!” gibi “eş”le ilgili kaygıların yanında,

“Ya şöyle olmazsa, ya durumumuz kötüye giderse!” tarzında düşünceler de gelecek endişesi oluşturur.

Halbuki geleceğe yönelik kuşku taşımak, bir anlamda kendi kendinin falcılığını yapmak demektir ki, herhangi bir mantığı yoktur. Hiçbir falcı kendi falına bakmaz, çünkü, yaptığı şeyin saçma olduğunu bilir.

Halbuki, sürekli kuşku duymak, gereksiz yere sorgulayıcı davranışlar sergilemeye sebeptir olur ki, işte o zaman korktuğunuz başınıza gelebilir. Çünkü, kimse sürekli tedirgin olan birinin yanında huzurlu olamaz.

Bu nedenle, kuşku duygusunun bizatihi kendisinin zararlı olacağı bilinmelidir.

Aslında, “gözden düşeceksem, beni sevmeyecek biri için niye göz yaşı dökeyim ki!” Demek gerekir.

Bir kadın için en aşağılayıcı durum, kendisini istemeyen bir erkeğin yanında zorla, ısrarla kalmaya çalışmaktır. Bitecekse bitecektir. Önemli olan, “her şeye rağmen birlikte olmak” değil, onurlu bir birlik yaşamaktır.

IV. Aldıklarını azımsamaktan uzak

İnsanlar birbirinden “teşekkür” duymaktan hoşlanırlar. Eşler de böyledir. Aldığımız şey az da olsa, bundan dolayı memnuniyet belirtmek karşı tarafı vermeye teşvik eder. Tersi ise kişiyi verdiğine pişman eder, hasis davranmasına sebep olur. Verdikleri karşısında teşekkür görmeyen birinin vermeye şevki kalmaz.

Cimrilik eğilimi karşısında kadınların tepkili tutumları cimriliği daha da artırmaya sebep olabilir.

Sürekli sitemle karşılanan ve verdikleri azımsanan bir erkeğin daha fazla vermesini beklemek hayaldir.

“Vermeye mecbursun!” tarzı çıkışlar ise, daha da gönülsüz eder. Hatta inatlaştırır.

Halbuki erkekler kendilerine teşekkür edilmesinden hoşlanırlar. Hele teşekkür eden bir kadınsa! Buna kadınca davranışlar da eklendiğinde erkeğin verdiklerini gözü görmez olur.

V. Aciz görünmekten uzak

Erkekler çevrelerindeki aciz kadınlara karşı “yardım etme” duygusu hissederler. Ancak eşlerinin aciz görünmesinden hiç hoşlanmazlar.

Güçsüz görünmek, evli kadının aleyhine sonuçlar ortaya çıkarır.

Bunun yerine, gerektiğinde kendi kendine yetebilecek bir görüntü vermek, duyulacak saygıyı artırdığı gibi, değerli görülmeyi de sağlayabilir.

Bunun için, sürekli şikayet eden, kendi kendine bir iş görmesi mümkün olamayan, her işte gerekli gereksiz kocasına müracaat eden kadın görüntüsünden kaçınmak, mutluluğa yakın bir kadın olmak için şarttır.

VI. Somurtmaktan uzak

Suratsızlık herkeste kötü! Somurtkan kadın cazip gelmez.

Evlilik ortamında mutluluk ciddiyetle değil, gerektiğinde şakalarla, oyunlarla, esprilerle gelir.

Mutluluk rahatlamayı gerektirir. Ciddiyet, somurtma, rahatlamaya uygun düşmez.

Ailede otoriteyi temsil eden baba olduğundan, kadının şakacı olmaması için bir sebep yoktur. Bu, erkeğin gereksiz ciddiyetini de yumuşatır.

Kamera yerleştirseniz insanların yüzde kaçının katılarak güldüğünü görebilirsiniz ki! Yuvada hakim hava nasılsa orada yaşayan ve yetişen insanların da psikolojisi o yönde gelişir.

Aile bireyleri arasında sıcak duygular hakim olduğu ölçüde mutluluk gelir. Bunda da öncelikle kadınlar etkili olabilir.

VII. Eşinizi, kendinizi ve Yaratıcıyı suçlamaktan uzak

Problemler karşısında birilerini suçlamak çözüm değildir. Ne kendinizi, ne eşinizi..!

Bu sadece mutsuzluk hissini artırır. Kişi kendini suçlayarak depresyona girer. Eşinizi ve çocuklarını suçlayınca da herkes perişan olur.

Şansını, talihini suçlu görmek ise akıllı bir yol değildir.

Eğer kendinizi şanssız biri olarak görüyorsanız, işinizi asla şansa bırakmamalısınız! Yapmanız gerekeni doğru yerde ve doğru zamanda yapmaya gayret ederseniz problem kalmayabilir.

Yaratıcıya sitem edip, küsmek ise şeytanın oyununa gelmektir.

Suçlamanın şiddeti oranında çözümler elden gider, çözümsüzlük ortaya çıkar.

Mutluluk; barışık olmaktadır.

Barışık olmak ise dost olmayı gerektirir. Kendinizle, çevrenizle ve inandığınız Yüce Kudret ile!

VIII. "Boşanma" ve "intihar" lafı etmekten uzak durmak

Boşanma ve intihar..! Bu iki kelimeyi kadınlar çok sık kullanırlar. Her ne kadar erkekler bu tür söylemleri fazla ciddiye almaz görünseler de, asla duymak istemezler.

En ufak bir tartışmada "Kendimi öldüreceğim!, İntihar edeceğim!" yada "Anlaşamıyoruz! Bu böyle gitmez. Ayrılalım!" tarzındaki sözler, erkekte yanlış bir tercih yaptığı düşüncesini uyandırabilir.

* * *

"Nasip Değilmiş.!"

"11 aylık evli, 7 aylık hamile iken eşim dumandan boğuldu. İtfaiyeci idi. Yangın söndürme esnasında dumandan zehirlendi. Hastaneye yetiştiremediler.

Çok dürüst biriydi. Bizim için didiniyordu. Heyecanla çocuğumuzun doğmasını bekliyordu. Nasip değilmiş; göremedi.

Akşam yorgun argın eve geldiğinde; ‘Gel! Gel de bebeğimi biraz seveyim. O da babasını özlemiştir!’ der, affedersiniz, karnımı okşamak isterdi.

Çok seviyordum. Hep böyle olacak sanıyordum.

Günlerce, aylarca bunun bir rüya olmasını o kadar istedim ki! Hep bir kabus olmasını temenni ettim. Bir sabah uyanacak, bütün bunların bir rüya olduğunu ve eşimin yanımda yattığını görecektim. Ama ne çare!

Taktir işte! Na’palım. Demek ki bu kadarmış.

Böyle diyebilmem için iki yıl uzun geçti. Şu ağlamalarımdan kurtulamadım bir türlü!

Şimdi küçük kızımla baş başayız. Sıkıntılarımız çok, ailemin durumu iyi değil. Eşimin tarafında da bize sahip çıkacak kimse yok.

Bu zamana kadar düğün takılarımı bozdurarak idare ettim. Artık onlar da suyunu çekti. Yavrum biraz daha büyüse, çalışırım diye düşünüyorum.

Kimseye yük olmak istemem. Rabbim bir kapı açar diye ümit ediyorum.

Ortalık kötü, derdimi açamıyorum.

Rabbim güç veriyor da..Bir şu durup dururken ağlamalarım, bir de uykusuzluğum olmasa..!”

VIII

MUTLULUK İÇİN (Bazı Şeyleri)

UNUTMAK

“Erkeğinin gözüne mutlu görünmeyi becerebilen kadın kazanır.”

Unutmak her zaman kötü değildir. Gerektiğinde “unutma”, ruhsal denge için şart görünür.

Hayatımızın bazı dönemlerinde, yaşadığımız bazı olaylar, bir türlü kabullenemediklerimiz ve bizi sürekli rahatsız eden deneyimleri unutmak, elimizde olmadan gerçekleşir.

Mutlu bir evlilik isteniyorsa, hatırlandığında ya da hatırlatıldığında hoş olmayan duygu ve tepkilere neden olacak şeylerin gündeme getirilmemesi gerekir.

Bu bağlamda unutulması gereken bazı şeyleri, aynen Lokman Hekim’in dediği gibi, şöylece sıralayalım;

I. Size yapılan kötülükleri hemen unutmak

İnsanlar, kendilerine yapıldığını düşündükleri kötülükler karşısında öfkelenir, kızar ve hissettikleri negatif duygularını dışa vururlar. Ancak, kim, içinde hangi tür duygular hissediyorsa, o yönde bir ruh hali yaşar. İçimizi dolduran sıcak duygular mutluluk getirirken, olumsuz duygular da, önce o duyguları içinde yaşatanı mutsuz eder.

Duygular, dışarıdan içimize şırınga edilemez. Bunlar bizim içimizde oluşur. Bu sebeple gönlümüzde daha çok hangi duygulara yer veriyorsak, o duyguların gölgesinde yaşayacağız demektir.

Sevgi, merhamet, bağışlama, yardımlaşma, paylaşma duyguları ile birlikte mutlu olunacakken, içimizi yakıp kavuran kin, nefret, haset, kıskançlık gibi duygulara kendimizi kaptırmak, mutsuzluğu davet etmektir.

Başkaları hakkında, elimizden geldiği kadar olumlu duygularımızı abartmalı, kabartmalı. Olumsuz duyguları ise, öncelikle kendimizi perişan edeceği için azaltmaya çalışmalıyız.

Bunun için de, iki yoldan biri unutmak, diğeri bağışlamaktır.

Sadece “bağışlama” ve “unutma” ile kendimizi olumsuz duyguların kıskacından kurtarmayı başarabiliriz.

Unutma ve bağışlama ile gelişecek ılımlı tavırlarımız, onlar için değil, kendinizi kurtarmak için gerekli.

Aksi halde, her kim olursa olsunlar, insanlara karşı içimizde yer edecek olumsuz duyguların ilk zararı bize gelir.

Lokman Hekim’in dediği gibi; “size yapıldığını düşündüğünüz kötülükleri hemen unutun!”

İşte bu, bizi mutluluğa götürecek en emin yoldur!

II. Başkalarına yaptığınız iyilikleri hemen unutun

İnsanları öfkelendiren ve negatif duyguları kabartan önemli bir husus da, insanların birine yaptıkları iyilik karşılığında iyilik görme arzularıdır.

Çoğu kimse, eğer bir iyilik yapmış ise, en azından bunun bilinmesini ve kendisine minnet duyulmasını arzu ediyor. Beklediği müteşekkir tavırları göremeyişinin yanında, bir de ters tavırlarla karşılaşılması ise pişmanlık ve öfke uyandırıyor.

Pişmanlığın arkasından gelen öfke, kızgınlık, nefret ve hınç, sonuçta kişinin kendisini mutsuz etmeye başlar.

Birinin bize kötülük yapması elimizde değil, ama, bizim birine iyilik yapıp yapmamak elimizdedir. Ama, iyiliklerin karşılık bulmaması ya da ters davranışlar görme olasılığı iyilik yapmaya mani olmamalı.

Bu sebeple, unutmayı sağlamak için, iyilik yaptığımız kişinin ters bir davranışta bulunmasını beklemeye gerek yok!

Öncelikle iyiliği yapmanın amacını iyi belirlemek gerek. “İyilik” yapmak “vermek”tir, yani fedakarlıktır. Böyle bir davranış, yüce bir amaç için olmalıdır.

“İyiliği”, iyilik yaptığınız kişi için değil de, en yüce amaç olan “Yaratıcının hoşnutluğu” için yapmanız halinde, karşılık insanlardan değil, Yaratandan beklenir.

İnsanlar unutabilir, insanlar nankör olabilir. Ama Yaratıcı.! O asla unutmaz! Kendisinden beklenen karşılığı da kat kat verir.

Bunun için iyilik yaptıktan sonra, zaman kaybetmeden, hemen unutmak en iyisidir.

Yine Lokman Hekim'in dediği gibi; "yaptığınız iyilikleri hemen unutun!"

IX

MUTLU OLMA ÇABASI

“Kadınlar erkeklerin mecnun gibi olmasını isterler.

Erkek, ‘leyla’sını bulmadan ‘mecnun’ olamaz!”

Mutlulu için gerekli olan; “ihtiyaçların karşılanması” ve “yeteneklerin uygulama alanı bulması” ile ilgili olarak bir ölçüde “karşı cinse ihtiyaç” var.

Özellikle kadınlar için bu daha çok hissedilir.

Kadının, erkekten ve vasıtasıyla hayattan alacakları önemlidir.

Bazıları mevcut şartları ve imkanları yeterli görmez. Böyle olunca da iki tavır ortaya çıkar; ya oturup “sitem ederek, yakınarak” daha da mutsuz olmak, ya da daha iyisine ulaşmak üzere “çaba harcamak.”

Mevcudu yeterli bulmuyorsanız, daha iyisini temenni etmeniz yetmez, sitem etmeniz de!.

Yeterince gayret göstermeden, çaba harcamadan, yorulmayı göze almadan olmaz. Yoksa daha iyisini beklemek hayalden öte bir anlam ifade etmez.

Daha iyi bir hayat ve daha çok mutluluk için gösterilmesi gereken çabalar ise üç aşamada gerçekleşebilir.

A. KADININ KENDİNİ GELİŞTİRMESİ

Maalesef toplumumuzda kadınlar hayata hazırlanmadıkları için, onların hayata dair bilebildikleri çoğunlukla eşlerinin gerisindedir. Bu sebeple hayatın gerçekleri ile yüzleşmekte zorlanırlar.

Erkeklerin onları “anlamaz” kabul etmeleri de ayrı bir handikaptır.

Topluma hakim olan, “kadınlığı dişiliğe indirgeyen” anlayış yerine, yeteneklerini geliştiren ve gerektiğinde kendi kendine yetecek duruma gelebilen kadın erkeğin gözünde de büyür.

Hayatını erkekle birlikteliğe bağlayan, birlikteliği kadınlığa, onu da dişiliğine indirgeyen kadının bilmesi gerekir ki, bu anlayış üzerine kurulu mutluluk yüzeyseldir ve uzun sürmeyecektir.

Evlilik en iyi haldeyken bile kadın kendini garantide göremez.

Bir erkeğe çocuk doğurma ve ona hizmet etme, erkeğinin nezdindeki konumunu muhafaza etmeye yetmeyebilir.

Şartlara boyun eğmek istemeyen, engelleri aşmak için kendini kabul ettirmek zorundadır. Bunun için öğrenme ve yeteneklerine göre kendini geliştirme çabası ilk adım olmalıdır.

B. EŞİNE HİTABEDEN KADIN OLMA GEREĞİ

Elbette sağlıklı bir evlilik için erkeklik ve dişilik önemlidir. Ve de asla ihmal edilmemelidir. Bir kadının gözden düşmemesi için dişiliğin yanında, hatta onun da üzerinde erkeğine hitap eden biri olması gerekir. Eşine uzun süre hitap etmek için dişilik yetmez.

Erkeğe hitap etmenin ilk şartı, onun yanında bulunmaktan mutlu olduğunu göstermektir.

Kadının mutluluğu işte tam olarak buradan başlayacaktır.

Eğer, “Ben bir yuva kuracağım; yuvamda mutlu olmak istiyorum. Yalnızlık bana göre değil!” düşüncesindeyseniz, o zaman mutluluğunuz için yapmanız gerekenler olduğunu bilmelisiniz.

Bunun için, “mutlu görünmek” ilk doğru davranış olacaktır.

Erkeğin, kadın karşısında kendini başarılı hissetmesi onun görünümüne göre gelişir. Erkek yanındaki kadını mutlu ve memnun görürse kendini başarılı addeder.

Kadın ise, henüz mutlu olamadığını hissetse bile, önce mutlu görünebilmeli. Bu görüntü onu mutlu eder. Mutluluğunun devamı için kadının gönlünü hoş tutmaya özen gösterir.

Aksi halde kadınını mutsuz gören erkekteki ilk duygu başarısızlık duygusudur. Başarısızlık duygusu ise arkasından mutsuzluk getirir.

Doğal olarak, kendini mutsuz hisseden erkekten kadına mutsuzluk, mutlu hisseden erkekten de mutluluk yansıyacaktır.

Mutsuz erkek, istese de kadını mutlu edemez.

Mutlu görünmeyi becerebilen kadın, karşısındakine hitap etme şansını yakaladı demektir.

C. DAHA İYİ BİR HAYAT İÇİN ÇABA GÖSTERMEK

Evlilik, “garantide olmak” demek değildir. Beklenmedik bir şekilde şartlar değişip, “yeni bir hayat”a başlamak mecburiyeti ortaya çıkabilir. Bu, hiç de uzak bir ihtimal değildir.

Değişikliklere hazır olmak, değişiklik olmasa da insanı rahatlatacak önemli bir gerekliliktir.

Hayat iyi ve kötü sürprizlerle doludur. Siz hepsine de aynı derecede hazır olmalısınız ki, beklenmedik durumlar karşısında şaşırıp kalmayasınız.

Daha iyi bir hayata layık olduğunuzu düşünüyorsanız, bunun için siz de bir şeyler üretmenin yollarını bulmalısınız. Biraz da siz çaba gösterin. Göreceksiniz ki, kendi çabalarınızla elde etmeye başladığınız imkanlar size çok daha tatlı gelecektir.

X

MUTLU OLMAK İÇİN MEVCUDU

“KABULLENMEK”

Mutlu olmanın bir kuralı da, değiştirebileceklerini değiştirme çabası yanında değiştiremeyeceklerini kabullenme olgunluğu gösterebilmektir.

Yeteneklerinin ve imkanlarınız sınırlı ise, daha iyisine ulaşmak için kendinize güveniniz yoksa ya da çaba göstermek istemiyorsanız, kolayına kaçıyorsunuz demektir.

O zaman geriye bir tek şey kalıyor: “Kabullenmek.!”

Sizin için en iyisi elinizdekini olduğu gibi kabullenmek ve ses çıkarmamaktır.

Kabullenmeyi Kolaylaştıracak Düşünceler

Mevcudu olduğu gibi kabullenmenizi kolaylaştıracak düşünceler şunlar olabilir:

I. İlkel insanlar gibi “ya toptan kabul yada toptan reddetmek” zorunda değilsiniz. Olgun biri gibi davranın. Şartlarınızın iyi yönlerini düşünerek mutlu olmaya çalışın.

II. Sıkıntılı olan sadece siz değilsiniz. Bakmayın başkalarının hava attığına; etrafınızdaki pek çok kimse de sizin gibi! İdare ediyorlar, ama farklı görünmeye çalışıyorlar işte!

III. Kendinizden hiç mi şikayetçi değilsiniz?! Buna rağmen kendi kendinizle yaşayıp gidiyorsunuz. Onu da kendiniz gibi kabul edin ve yaşayıp gidin.

IV. Ona karşı negatif duygularınızı dizginleyin!. Başınızın belası olarak görmenin size yararı yok.

Kendinizi suçlamanız da yersiz. “Ne günahım vardı ki, karşıma çıktı!” demeniz sadece mutsuzluğunuzu artırır. Olumsuz duygular, olumsuz davranışlara sebep olur. İyi yönlerini düşünmeye başladığınızda, bu sizin davranışlarınıza da yansır. Böylece etrafınıza pozitif enerji yayarsınız. Aranızdaki mesafe azalır, eşiniz ve çocuklarınız size yaklaşır.

V. Dedektif gibi araştırmaktan vazgeçin. Gerçeklerden çok, yalanların sizi rahatlatacağını düşündürtmeyin. Yoksa karşınızdaki size daha çok yalan söyler; siz de bunu hisseder, mutsuz olursunuz.

VI. Kendisi anlatmadıkça eşinizin dertlerini merak edip üzerine gitmeyin. Anlatmak istemeyişini size karşı bir tavır olarak da yorumlamayın.

Zorlar ve ona akıl vermeye kalkışırsanız, derdinin üstünde, bir de size kızgınlık duymaya başlar.

Japon kadınlar, eşlerini sıkıntılı gördüklerinde; "Yemek mi, banyo mu, yatmak mı istersin!" diye sorarlarmış. Siz de bunu düşünün.

VII. Erkeğin eve gelirken planlamadığı iki şeyin; "dayak" ve "ilişki" olduğunu bilin. Bunlardan hangisinin olacağı, ona değil size bağlı. Belirleyici olan sizin tavırlarınız olacaktır.

Neyi tercih ediyorsanız ona göre davranın; seçim sizin!

VIII. Erkeğinizi değiştirmeye uğraşmayın. Hoşunuza gitmeyen şeyleri zamana bırakın.

Evlenirken karşınızdaki delikanlının hayatınızın erkeği olduğunu sanmış olabilirsiniz.

Onun, evlenmeden önceki kişilikte olmadığını fark ettiğinizde mevcut haliyle kabul edip edemeyeceğinize karar verin.

Yeterli görürseniz sorun yok. Değilse de, büyük ihtimalle değiştiremeyeceğinizi bilin. En azından kısa zamanda değişmeyecek. Sabretmeniz gerekebilir.

Değiştirmeye çalışacağınıza, birlikteliğiniz süresince ondan istifade etmenizin en iyisi olacağını bilin; rahat edin.

IX. Evinizin penceresinden baktığınız dünya ile, eşinizin iş hayatında karşı karşıya olduğu dünya aynı değildir.

Bunun için onu anlamakta zorluk çekebilirsiniz. Kendinizi fazla zorlamayın. Hayat anlamadan da yaşanabilir!

Hatta, “hayatı anlamadan ya da umursamadan yaşayanlar daha rahattır” denebilir!

XI

ERKEKLER, HANGİ KADINI

DAHA ÇOK SEVER?

"Erkekler, mutlu görünen kadının yanında mutlu olur ve onu mutlu etmeye çalışırlar."

Güzellik, dişilik, çocuklarının annesi olma ve benzeri kadınsı özellikler, kadına birinci planda tutulacağı garantisini vermez.

Erkek, ister evlenmeden önce, ister evlilik süresince olsun, bir kadını sevmesi ve ona saygı duyması için dişilik, annelik hatta güzelliğin üstünde farklı özellikler görmek ister.

Bunları bilmeyenler nişanlılık, sözlülük ve arkadaşlık döneminde erkeklerin soğumalarına ya da evlendikten sonra bile uzaklaşıp gitmelerine bir anlam veremezler.

İşini iyi yapmak, temizlik, lezzetli yemekler, giyim-kuşam, bakımlı olmak gibi özellikler elbette önemli, ancak aradaki bağların kuvvetlenmesini sağlayacak başka şeyler de gerekli.

Duygular, düşünceler ve davranışlar genel olarak insani ilişkileri belirleyen üç temel unsurdur. Ancak evlilikte, birlikteliğin kalitesine ve süresine etki eden daha çok 'davranışlar' olmaktadır. Yaklaştıran ya da soğutup uzaklaştıran davranışlar.!

Bilinmesi istediğimiz şey; kadındaki hangi davranışların erkeği kadına daha çok yaklaştırdığıdır.

Yani "erkekler hangi kadını daha çok severler?"

Erkekte Kadına Karşı Sevgiyi ve Bağlılığı Artıracak Davranışlar

I. Erkek kendisini "sahiplenmeyen kadını" daha çok sever

Kadınlar yakınlık duydukları erkeği sahiplenmeye çok isteklidir. Ancak, kadının yapısı ve imkanları "sahiplenme" duygusunu gerçekleştirmeye

yetmez. Bu, aynı zamanda da erkeğin tolore edemeyeceği bir durumdur.

Kadının gücünü zorlayan, erkeğin de tahammülüne uygun olmayan "sahiplenme", eşler arasında zıtlaşmanın sebebi olur.

Erkekte, kadına karşı "sahiplik" duygusu, onu korumaya, himaye etmeye yarar. Kadının kendisini güvende hissetmesine sebep olur.

Erkekte kadına karşı sahiplik duygusuna karşılık, kadında da erkeğe karşı "sahiplik duygusu" gelişmişse burada çatışma kaçınılmazdır.

Bu duygunun kadında gelişmesi, çoğu zaman takatinin üzerinde bir enerji harcamasına sebep olur ve onu yorgun düşürür. Erkek ise "sahiplenilmeye karşı" direnç gösterir.

Kadın "sahiplik duygusu"ndan korunabilirse hem boşuna çaba harcayıp bitkin görünmeyecek, hem de erkekte ona karşı bir direnç oluşmayacak. Bu da, erkeğin eşine karşı daha rahat ve sevecen davranması sonucunu getirecektir.

II. Erkek, kendini "rahat bırakan kadını" daha çok sever

Kadınların isteği bir erkeğin gönlünde taht kurmak ve kurduğu tahtın başkası tarafından işgal edilmesini önlemekse, bu, erkeği sıkacak ve onda özgürlüğünün kısıtlandığı hissini uyandıracak davranışlardan uzak durmayı gerektirir.

Bu bakımdan eşi tarafından sevilmek isteyen kadın onu rahat bırakmayı başarabilmelidir.

III. Erkek "mutlu görünen kadını" sever

Çoğu erkek mutlu olmadan, mutlu etmesini bilemez. Kadın, oturup mutlu edilmeyi beklerse hata eder.

O, önce mutlu görünecek, sonra mutlu olacaktır. Erkek, mutlu görünen kadını daha çok sever. Sevince de onun için fedakarlık yapar. Çünkü, ancak mutlu olan erkek "verici" olacaktır.

IV. Erkek, "takdir eden kadını" sever

İnsan psikolojisi, kendisini takdir eden kişiye yakınlık duymaya meyillidir. Bu insani bir ihtiyaçtır ve mutlu eder. Kişi, beğenen, onaylayan, takdir eden kimseye değer verir. Ona yakınlık duyar, gerektiğinde savunur.

Eşler için de, bu böyledir.

Takdir edilen erkek de, takdir edilen kadın da hoş duygular yaşar ve bu "hoş"luğun karşılığını vermeye çalışır.

Eğer bir kişilik bozukluğu ve psikolojik bir problem söz konusu değilse, eşi tarafından takdir edilen erkek, ona daha çok değer verir. Onun için bir şeyler yapma ihtiyacını daha fazla hissetmeye başlar.

Herkes, kimin gözünde iyi bir konumu olduğunu görürse, bunu kim ona, "söz ve davranışları ile" hissettirirse, başkalarına oranla, onu daha çok sever ve sahip çıkar. Kaybetmek de istemez.

V. Pohpohlayan kadını daha çok sever

Erkekler kendilerini ispat etme ihtiyacını, kadınlardan daha fazla hissederler.

"Pohpohlanmak" bir anlamda bu duyguyu tatmin eder.

Her insan pohpohlanmaktan hoşlanabilir, ama kadınların genellikle üstünlük kurmak gibi bir iddiası olmadığı için, onları dolduruşa getirmek, erkekleri uçurduğu kadar uçurmaz.

İyi yönlerini takdir etmeyi alışkanlık haline getirmenin yanında, biraz daha ileri gidilerek, iyi yönde teşvik etmek için de, "pohpohlamak" erkek üzerinde etkin bir yöntem olabilir.

Bu, onu sadece teşvik etmez, aynı zamanda pohpohlayan kişiye karşı da sıcak duygular içine sokar. Yani, erkek "pohpohlayan kadını" daha çok sever.

VI. Erkek kendini "Beyaz Atlı Prens" gibi gören kadını sever

Erkek kendisine hayran olduğunu gördüğü kadına bayılır. Hayranlığı gördükçe de kendisini "beyaz atlı prens" gibi hisseder. Ona daha çok değer verir ve sevgisi artar.

Sonuç

Yukarıdan beri sıraladığımız altı madde de eşiniz tarafından daha çok sevilmenizi sağlayacak. Bu demektir ki, siz de ondan, maddi ve duygusal olarak almak istediğinizi daha kolay alacaksınız.

Ama bunun için tek şart lazım; eşiniz “normal” biri olmalı.

Eğer, bütün bunlara rağmen, evli olduğunuz erkeğin kişiliği problemli ise, sağlıklı bir ruh hali yoksa, ne yaparsanız yapın çok bir şey fark etmez. Onu daha iyi hale getirmeyi başaramayabilirsiniz!

O zaman kendinize şöyle bir soru sorunuz;

Onun “yok olması” ile, hali hazır varlığı yani, “yok gibi” olması arasında, sizin için bir fark var mı?

Eğer, “fark yok!’ diyorsanız ve biraz da cesaretiniz varsa, sizin için beklemek sadece zaman kaybıdır!

* * *

“Geliyor, kapıyı çalıyor, açıyorum. Yüzüme bakmıyor. Selam yok!

Mont’unu rasgele atar, lavaboya geçer. Ciddidir, hemen hemen hiç konuşmaz. Yemeğini yer. TV’nin başına geçer. Sigarasını içer, maç izler, film seyreder.

Çocukların yüzüne bakmaz. Hiç ilgilenmez. Gider yatar.

Sabah kalkar, saçı başı dağınıktır. Kendisine hiç bakmaz.

Söylediği tek doğru şey; ‘aslında ben evlenecek adam değildim!’ sözüdür. Arkasından ekler; ‘fazla üzerime gelme!’

İyi de benim günahım ne, ben şimdi ne yapmalıyım?

XII

Erkeğin, Kadında Görmek İstemediği

DOKUZ "OLUMSUZ" TAVIR

Düşünceler görülmez, duygularınız kuşku götürebilir; davranışlar ise apaçık ortada! Ve anında tesirini gösterecek özelliktedir.

Düşüncelerdeki değişkenlik, duyguların, tabiatı gereği görünmez ve kuşku uyandırmaya müsait olması, davranışların etkinliğini daha da önemli kılar.

Bu açıdan birlikteliklerin kaderini belirlemede davranışlar önde gelir. .

İster evlenmeden önce olsun, ister evlendikten sonra, bir erkek, yakınlık hissettiği kadında bazı davranışları görmeyi çok arzu ettiği gibi, bir kısım tavırları görmekten de sıkılır.

Bunlar öyle tavırlardır ki, sevgiyi azaltır, soğutur, kaçırır.

Nedir bu hevesle gelen erkeği sevdiği, birlikte olduğu kadından uzaklaştıran tavırlar? Kadın hangi tavır ve davranışları ile erkeğin gözünden düşer?

I. Sürekli sorgulayan, denetleyen kadın!

Sahiplik duygusunun hemen ardından kaçınılmaz olarak sökün eden denetleme, sorgulama, yargılama davranışları ister istemez erkeği huzursuz eder.

Bu davranışların erkek üzerinde doğrudan ve dolaylı olarak iki önemli etkisi olur. Bunların ikisi de kadından soğumaya ve uzaklaşmaya neden olur.

Sadece evlilikte değil diğer insani ilişkilerde de "denetleme-sorgulama-yargılama" üçlüsü, muhatap üzerindeki doğrudan etkisi stres oluşturmasıdır.

Sorgulayanın bizzat kendisinin bu duruma düşmüş olmasından dolayı yaşadığı tedirginlik-huzursuzluğun yansıması kötü olur.

Sorgulayan kadında bu eylem sebebi ile ortaya çıkan olumsuzluklar, erkek açısından kadının bütün cazibesini siler götürür.

Kadınlar evliliğe karar vermekle, sonraki hayatını erkeğe ve onun yapacaklarına bağlamış olurlar. Artık evlendiği kişinin başarısı onun başarısı olacak; kazancı, onun kazancı; zararı onun da zararı olacak demektir.

Ona gelen her ziyan, aynıyla kendine de gelmiş gibi zarar görecek.

Evlilikte bu anlayışla kurulan düzen, bayanlarda sürekli eşini denetleme ihtiyacı duyurabilir. Kadınlar çoğu zaman ‘bana ne?’ diyemezler.

Erkek ise, eşi de olsa, birinin dikkatlerinin sürekli üzerinde olmasından rahatsız olur. Özellikle eğitimi eksik, erkeğe ekonomik olarak da bağımlı birinin, bir yere kadar normal karşılanacak bu tavırları, bir yerden sonra sıkıcı olmaya başlar ve tepkilere neden olur.

Bazen denetleme öyle bir hal alır ki, erkeği yanından ayrıldıktan sonra nereye gittiği, kiminle ilgilendiği, zamanını nerelerde geçirdiği, kiminle ne yiyip içtiği konusunda önüne geçilemez sorgulamalara doğru akıp gider ve de erkeğe cesareti ölçüsünde kaçmaktan başka çare kalmaz. Kaçışın şekli ise her erkeğin kendi kafa yapısına göre değişir.

II. Mutsuz görünen kadın!

Erkekler, himayeleri altında bulunan bir kadının tatminsiz ve mutsuz görünmesini doğrudan kendine yönelmiş bir tepki olarak algılar ve rahatsız olur.

Mutsuz olan ya da erkeğin gözüne mutsuz görünen kadın onda olumsuz duygular uyandırır. Olumsuz duygular ister istemez onun karşı davranışlarına sebebiyet verir. Böylece davranışları giderek kötüleşen erkek, mutsuz görüntü veren kadının daha da mutsuz olmasına sebep olur.

III. Kıymet bilmeyen kadın!

Her insan, birileri için bir şeyler yaptığında, yaptıklarının kıymetinin bilinmesini ister.

Genelde bizim için yapılanlardan dolayı mahcubiyet ve minnet duyguları içine gireriz. Eşler için de bu böyledir ya da böyle olmalıdır.

Bir kısım eşler, gördükleri en ufak bir iyiliği ve hizmeti minnet ve şükranla karşılarken, bazıları olumlu gördükleri karşısında sessiz kalmayı tercih eder.

Bunlar, olumsuzlukları öne çıkarmayı alışkanlık haline getirmişlerdir. Aldıkları, eriştikleri, malik olduklarını ve elde ettiklerini değil; alamadıkları, ulaşamadıkları ve kaçırdıklarına yoğunlaşır, onları düşünürler.

Bu ise, mutsuzluğa kapı aralamaktır.

Kim böylesine bir ruh hali sergileyen birini çekici bulur ki?!

Erkekler de olumsuz olabilirler, ancak hayatlarındaki tüm olumsuzlukları eşlerini suçlarcasına bir tavırla sergilemeye olan meyilli olanlar daha çok bayanlardır. Çünkü onların, hayattan beklentileri büyük oranda kadınlardır.

Bazen bu öyle hale gelir ki, erkek, kadının yapmasını istediklerini noksansız yapsa bile, yapmamasını istedikleri konusunda yeterince hassasiyet göstermiyorsa yüzler asılır.

Yedirse, içirse, gezdirse, el üstünde tutsa ve iltifatlar yağdırsa da, eğer erkek, eşinin istemediği birileri ile de ilgileniyor ise, ki bu başka bir kadın olabileceği gibi, annesi, kardeşi, akrabası, arkadaşı ya da bir sosyal-siyasal grup da olabilir!

Kocasının onlarla ilgilenmesini istemiyorsa, kendisi için yaptıkları iyi de olsa, mutlu görünemez.

Bu tablo ise erkeği kötü etkiler; kimileri yüzünü buruştururken, kimileri de çileden çıkarlar.

V. Emredici görünen kadın!

İnsanlar beklentilerini ve isteklerini uygun bir üslupla dile getirmeyi pek beceremezler.

Kadınlar ise eşlerinden istekte bulunacaklarında ya sitemkar ya da emredici bir tavır takınırlar. Israrcı ve emredici konuşmalar ise erkekte olumsuz tepkiler oluşturur. Hevesini azaltır.

VI. Yaşadığı şartlardan memnun olmayan kadın!

Evine, eşine, çocuklarına bakmak, daha iyi bir hayat kurmak, daha çok imkan sağlamak için çalışan bir baba, eve gittiğinde iyi karşılanmak ister. Klasik tarzda ifade edersek, bir “güler yüz” görmek, “tatlı bir söz” işitmek arzusundadır.

Aslında, gün boyu ev işleri ile uğraşıp yorulan kadın da kocasından anı şeyi bekler.

Her ikisinin de bunu öncelikle karşı taraftan beklemeden göstermesi gerekirken, çoğu zaman bu böyle olmaz.

Kapıyı açanın somurtkan yüzü havanın ağırlaşmasına sebep olur.

Evliliğinde başarılı olmak ve erkek üzerinde etkili olmak isteyen bir bayan, eşine mutlu görünmesini ve hayatından memnun olduğu imajını sergilemeyi becermeli. Bu ona, giderek gerçekten memnun olacağı imkanları getirecek etkin bir yöntem olabilir.

VII. Erkeğin ailesini eleştiren kadın!

Elbette kimse ailesinin eleştirilmesinden hoşlanmaz.

Beğenilmediğinden, eleştirildiğinden, işlerine karışıldığından şikayetle ya da eşinin annesine, ailesine ve yakınlarına daha fazla önem verildiği gibi sebeple, kadınlar eşlerinin ailelerinden şikayetçi olurlar.

Özellikle kendini mutsuz gören kadınlar, mutsuzluklarına bir sebep göstermenin vesilesi olarak da bu yola tevessül edebilir.

Zaman zaman haklılık payı da olsa erkek, anne babasından şikayetçi olunmasından hiç hoşlanmaz.

Bir erkeğin asla yaşamak istemeyeceği şey, annesi ya da ailesi ile eşi arasında kalmaktır. Birinden birini tercihe zorlanması büyük sıkıntıdır. Biri ağırlıklı olarak “geçmişi”, diğeri ise “geleceği”dir. Aslında her ikisi de değerlidir. İkisinin de erkeğin hayatında büyük önemi var.

Eşi tarafından, ‘Ya annen! Ya ben!’ tercihi karşısında bırakılmış olursa çoğunlukla, ‘Eş bulunur, ama ana bulunmaz!’ anlayışı ağır basabilir.

VIII. Öz güveni olmayan kadın!

İster şahsıyla ilgili, ister ev işleri ve çocuklarla ilgili olsun, her işi kocasına yansıtan kadın erkeğin gözünde “aciz biri” imajını oluşturur. Genellikle kendine güvensiz ve mutsuz kadınların dışa yansıttığı görüntü budur.!

Yetenekleri yönüyle zayıf; eğitim, bilgi, tecrübe itibariyle eksik ve maddi olarak da kendinde fazla bir şey bulunmayan biri yeterince güvenli olamaz. Ve de her konuda başkalarına bağımlı bir tavır sergilemesi kaçınılmaz olur.

Sürekli aciz ve yeteneksizlik sergileyen biri ise itici görünür; ister arkadaş, ister eş olsun!.

IX. Erkeğin yaptıklarını “mecburiyet” sanan kadın!

Erkek, yaptıklarının bir “mecburiyet” gibi algılanmasından hoşlanmaz. “Görevidir’ Elbette yapacak!” diye bakıldığını sezdiği oranda şevki kırılır.

Aslında, konu ne olursa olsun, bir şeyi “mecburiyet” gibi görmeyi biraz da “mahkumiyet” olarak algılarız. Ve bu bizde iyi duygular oluşturmaz. Belki yaparız, ama haz duymayız. Halbuki daha zor ve zahmetli bir işi gönülden yapıyorsak şikayetçi olmak aklımızdan bile geçmez. Aksine, zevk alırız.

Kadın da, eşine karşı minnetsiz görünmek yerine, hiç de zorunda olmadığı bir şey kendisine yapılmış gibi davranırsa, aldıklarından daha fazlasını alma imkanına kavuşabilir.

X. Haklı çıkmaya çalışan kadın kaybeder

“Sitem etmek” kadınların erkeğe karşı sık sergiledikleri bir davranıştır.

Bazıları her vesile ile sitem ederken bunun erkek üzerinde ters etki meydana getireceği bilincinde değildir.

Özellikle de haklı olduğu zamanlarda, fırsat yakalamış gibi daha çok sitem edilir. Böylece haklılığını eşine kabul ettirmeye çalışır ise sıkıntılı durumlar artar.

“Zaten senin bizi hatırladığın mı var!”

“Ne zaman aklına geldik ki!”

“Söylediklerimizi kulak ardı etmediğin zaman mı var?”

“Aklın neredeydi?” gibi sitemler erkeğin, eşine hak vermesinden çok olumsuz tutumları artırır. İhmalkar ise ihmali, unutkansa unutkanlığı artar.

Öyle ki, bazen kendini getirmeyi unutup, evinin yolunu bile şaşırabilir.

Erkekler, eve gelip kapı çaldığında, kapıyı açan kadının gözü erkeğin eline kayar. Kadın, onun, bir eline, bir yüzüne baktığında, unuttuğunu anlar.

Bu durumda erkeğin üzerine gitmenin hiç bir anlamı yoktur. Hatta zarar verir.

Belki bu tavır onu mahcup eder, ama kadına üstünlük sağlamaz.

Eğer kadın;

“Dert etme”!

“Önemli değil; kendin geldin ya!” diyebilse, onu çok rahatlatmış ve kendine ısındırmış olur.

Esasen, getireceği hiçbir şey onu karşınızda görememenin yerini dolduramaz.

Eşinizin geliş saati yaklaştığı zaman telefon sesini duyup, ahizeyi kaldırdığınızda ya da kapıyı açtığınızda onunla ilgili bir kötü haber duyduğunuzu düşünün!

Sizin onu eli boş olarak karşınızda gördüğünüz saatte hastanede olabilirdi.

O zaman; “Tüh akşamda şunu getirecekti!” demek akla gelir mi?!

Kapı çaldı ve işte o karşınızda. Sağ ve sağlıklı! Evinin yolunu unutmamış! Gelmiş işte!.

* * *

“Annem hep şöyle derdi: Kızım! Eşin eve geldiğinde ‘nereden geliyorsun’ deme; hoş geldin! de diye nasihat ederdi.”

XIII

“MUTSUZ KADIN” GÖRÜNTÜSÜ ve

ERKEKTEKİ SONUÇLARI

“Mutsuz görünen kadın erkeğin gözünde değerini kaybeder.”

Erkeğinin gözüne mutsuz görünen kadın problemdir. Bu onda bir dizi olumsuz duygu ve düşünce değişiklikleri oluşturur.

“Mutsuz” görüntü; “arkadaşlık”, “sözlülük”, “nişanlılık” ya da “birlikte yaşam”dan evliliğe kadar, tüm yakınlaşmaları etkiler.

Şöyle ki;

I. “Mutsuz bir kadın” erkekte “başarısızlık” duygusu uyandırır

Erkeğin kadını mutlu etmek gibi bir görevi olduğu düşünülür. En azından kadınların böyle bir beklentisi vardır. Erkekler de bunu kabullenmiş görünürler.

Eşini mutlu etmek, aynı zamanda “birliktelik”teki başarının da ölçüsü sayılır.

Kişinin başarısız olduğu işten soğuduğu gibi, eşinin mutlu olamadığını gören erkek de kendini başarısız hisseder ve soğur.

II. “Mutsuz kadın” erkeğe beğenilmediği duygusu verir

Birlikte olduğunuz biri sizin yanınızda mutsuzsa bunun sebebi acaba ben miyim diye düşünmeye başlarsınız. Söz konusu evlilik olduğunda da kişi gördüğü mutsuzluk tablosundan kendine pay çıkarır.

Yeterli görülmediği ve beğenilmediği duygusuna kapılır. Beğenilmemek ise, hangi konuda olursa olsun, sıkıntı verir ve uzaklaşmaya neden olur.

III. Mutsuz görünen kadının, erkeğin gözündeki değeri azalır

Erkek, eşini seçtiğinde onunla mutlu olmayı umut eder. Birlikte mutlu olacağı kişi onun için çok değerlidir.

Ancak evlilikte tek taraflı mutluluk söz konusu olamaz. Bir tarafın sergileyeceği mutsuzluk diğer tarafa da yansır.

Mutluluk verdiğinde anlamlı olan eş, mutsuz görünüşü ile karşı tarafı da mutsuz edeceği için varlık nedenini kaybeder. Evlilik anlamsızlaşır ve o oranda da kadının değersizliği sonucu ortaya çıkar.

Mutsuz kadın böylece değersizleşir.

IV. “Mutsuz eş” erkeği sinirli ve hırçın yapar

Kadındaki mutsuzluğun erkekte tetikleyeceği bir psikolojik hal de sinirliliktir.

Kimse yanındaki birinin mutsuzluğuna uzun süre tepkisiz kalamaz. İstemeden de olsa anlayışız gibi görünür. Tahammülsüz ve kırıcı olur.

Bu ise erkeğin günlük yaşamına ve işine yansır.

Mutsuzluğun çarkları önüne geçilemez bir şekilde kötüye doğuru ilerlemeye başlar.

* * *

“Ben iş adamıyım. Çalışanlarım genelde beni sever. Elbette herkes memnundur diyemem, ama en çok kimi memnun edemediğimi sorarsanız; ‘eşimdir! derim. Onu memnun etmeyi asla başaramadım. Başarabileceğimi de sanmıyorum.

Evleneli 13 yıl oldu, artık çocuk da sayılmayız.

Asla şiddete başvurmam. Kabalık etmem.

Çok somurtkan!. Hep mutsuz olacak bir şeyler bulur. Sürekli hesap vermemi ister.

İmkanlarım yok değil, ama ben mütevazı yaşamayı severim. Lüks beni rahatsız eder. Sade yaşadığımız pek de söylenemez ama, eşime göre çok “yavan” yaşıyormuşuz.

Neden lüks semtlere taşınmadığımızı, neden hala eski eşyaları kullandığımızı sorar, perdelerden sıkıldığını söyler.

Halbuki evlendiğimiz zamandan kalma bir tane mobilya ya da beyaz eşya kalmamıştır. Hepsini en az bir sefer, bazılarını belki iki sefer değiştirdik, yeniledik. Bu işin sonu yok ki!

Hep başkalarının evlerindeki eşyalardan bahseder. Onların hanımlarına davranışlarının ne kadar farklı olduğunu söyler. Ben de, en çok başkaları ile kıyaslanmaktan nefret ederim.

Bana sevecenlik lazım! Karşımdaki kadın sıkıntı çeksin demiyorum, ama biraz kanaatkar olsun kardeşim!

Ne olur yani orta halliler gibi yaşasak?!

Halbuki evlenmeden önce eşimin ailesi ekonomik olarak benim ailemden çok daha gerilerde idi. Hala da öyle!

Desem ki, lüks içinde yaşamaya alışmış; hayır! Bu bir özenti!

Mutsuzluk ruhuna işlemiş. Mutsuz olmak için bahanesi çok.

İflah olacağını sanmam! Biraz yüzü gülsün istiyorum! İlaçlar işe yarar mı acaba?”

XIV

ERKEĞİN MUTSUZ KADINDAN

UZAKLAŞMA AŞAMALARI

"Kadın önce mutlu görünecek, sonra mutlu olacaktır. Eşinin gözüne mutlu görünemeyen kadın, mutluluğa erişemez."

"Bir türlü memnun olmuyor!"

"Ne yapsam yaranamıyorum!"

Bu sözler eşinden yana dertli olan erkeklerin ağzından çok sık dökülür.

Mutlu bir hayat "imkan meselesi" olmanın ötesinde "kişilik" ve "hayat algılaması" ile ilgilidir.

Ciddi bir sebep yokken hayatlarını "mutsuzluk" çizgisinde görenler psikolojik açıdan sorunlu kişilerdir. Problemin kökü ise evlilik öncesinde yatar. Çocukluktan beri gelen kişilikleri mutluluğa değil, mutsuzluğa programlıdır.

Bu, evliliğin ya da tanışmanın ilk zamanlarında pek fark edilmese de hayatın gerçekleri ile karşılaşınca hızla kendini gösterir. Tatlı hayaller hızla kaybolmaya başlar.

Bazen sözlü ya da nişanlı iken başlayan tartışmalar, tarafları birbirinden uzaklaştırabilir ve evlilik hiç gerçekleşmeyebilir de!

Sevgili, nişanlı, sözlü ya da evlenme aşamasına gelmiş ilişkilerde, ya da evli çiftlerde bayan mutsuz görünüyorsa; erkek kara kara düşünmek durumundadır.

Bu hale düşmüş olan erkeğin, uzaklaşma aşamaları genellikle şöyle bir sıra takip eder;

I. Savunma

Hep mutsuz görünen eş karşısında erkeğin ilk adımı "savunma"dır. O, gördüğü mutsuz davranışları kendisi için bir "eleştiri ve onaylanmama" olarak algılar. Bu sebeple de savunmaya geçer.

Kendine göre izahlar yapmaya çalışır.

Konu şahsıyla ilgili ise, yanlış anlaşılmakta olduğu,

Ailesi ile ilgili ise, anlayış beklediği,

Zaman tanınması gerektiği gibi söylemler geliştirir. Elinden gelenin bu kadar olduğunu anlatmaya çalışır.

İkna çabaları ile mutsuz görüntü değişmez ise, ki genellikle de değişmez, o zaman gönül kırıklığı ile ikinci safha gelişir.

II. Sorgulama

İkinci safha erkeğin, evlilikle ilgili olarak kendini “sorgulama”sıdır.

Karşısındaki kişinin aslında anlaşılabilecek biri olmadığı, onunla evlenmekle pek de isabetli bir karar vermediği düşüncesine kapılır.

Eğer, bu birlikteliğe baştan muhalif olanlar var idiyse, onları dinlememekle nasıl bir hata yaptığını düşünür. “Ne olacak bu işin sonu?” diye düşünmekten kendini alamaz.

Pişmanlık dolu duygu ve düşünceler içinde bir nevi çaresizliğin yaşanmaya başladığı safhasıdır bu safha!

III. Soğuma

Pişmanlık zemininde gelişen kendini sorgulama safhası erkeğin bu ilişkiden hızla soğumasına sebep olur. Başlangıçtaki sevginin artık hafiflemekte olduğunu hissedilir.

“Birliktelik” tatsızlaşmış ve zevk vermez olmuştur.

Bu safhada artık ikna gayreti pek görülmez.

İlişkiler ve iletişim mesafeli olmaya başlamış ve “nerden ince ise oradan kopsun!” umursamazlığı bütün davranışlara sinmeye başlamıştır.

IV. Cezalandırma

Kadının mutsuzlukta direnmesi halinde erkekte görülmeye başlayan savunma, sorgulama ve soğuma aşamalarının ardından gelen aşama

“cezalandırma”dır.

Artık minnetsiz davranmaya, daha önce yaptığı iyi şeyleri de yapmamaya, eşinin hoşuna gitmeyecek başka eğilimler göstermeye ve evini açık bir şekilde ihmal etmeye başlar.

Mümkün olduğunca konuşmaz, konuşsa bile yüzüne bakmaz. Sert ve suratsız bir tavır sergiler. Onunla bir yere gitmemeye, özellikle hanım tarafı ile ilişkilerini sınırlı tutmaya özen gösterir. Bazen kabalaşma hatta şiddete meyletme bile görülebilir.

Bu durum bazı kadınları düşündürür.

Daha iyisini istediği ya da mevcutla yetinmediği için gösterdiği olumsuz tavırlar sonucu sahip olduklarını da kaybetmekte olduğunu fark edenler olur. Panik başlayabilir.

Gördüğü tepkilerle mutsuzluğu artan ve artık bu iş bitmeli diye düşünenlere karşılık, sergilediği olumsuz davranışlarından geri adım atarak tekrar erkeğini kazanmanın hesaplarını yapmaya başlayanlar durumu kurtarma çabası gösterenler olabilir.

“Mutsuz kadın”ı oynamayı inatla sürdürenler için yapacak pek fazla bir şey yoktur.

V. Kopma

Son safhada duygusal kopuş tamamlanmış, fiziki ayrılma artık kapıya dayanmıştır. Bunun nasıl olacağını tarafların kişilikleri, ekonomik durumu, ailelerin müdahalesi, sosyal ve mesleki çevre, ayrılışın ortaya çıkaracağı problemler gibi faktörler tayin edecektir. Ancak şurası kesindir ki, ayrılma olmasa bile, artık hiçbir şey eskisi gibi değildir.

Tatsız, tuzsuz, mutsuz, saygıdan yoksun, sevginin uçup gittiği, yıllarca sürecek didişmeler!

XV

ERKEĞİN ANLAŞILMASI

ZOR DAVRANIŞLARI

“Kadını güzelleştiren en etkili iksir, iltifattır.”

Evlilikte anlaşılması zor davranışlar iki tarafta da olabiliyor. Ancak, erkekten yana karşılaştıklarımız, daha bir karmaşık gibi!

Kendilerinin bile izah etmekte zorlandıkları tavırları bazı başlıklar altında ele alıp anlamaya çalışalım.

Bazı erkekler;

Eşleri ile KONUŞMAKTA zorlanırlar,

Eşleriyle GEZMEKTE zorlanırlar,

Eşine TEŞEKKÜR ETMEKTE ve iltifatta zorlanırlar,

Eşine, SEVDİĞİNİ SÖYLEMEKTE zorlanırlar,

Eşlerine “EŞ OLMAKTA” olmakta zorlanırlar.

Bu davranışların tümü de, öncelikle kadını sonra da erkeği mutsuz eder.

Birlikteliği tatsız hale getiren bu davranışları anlamak ve sebeplerini bilmek, hem erkeğin kendisini düzeltmesine, hem de kadının eşine yaklaşımına yararlı olabilir.

I. Erkeğin Eşiyle KONUŞMAKTA Zorlanması

Nişanlılık veya sözlülük dönemlerinde, kızla konuşmak için can atan, kendini göstermek için gülünç durumlara bile düşebilen, sık sık kendinden bahseden, karşısındaki ile ilgili her şeyi öğrenmek için öylesine sabırsızlık gösteren, sadece yaptıklarından değil, yapmayı düşündüklerinden de söz etmeye çok hevesli olan delikanlı evlendikten sonra nasıl oluyor da, bu kadar az konuşan biri olup çıkıyor?.

Ne olmuştur da; “ne dinler, ne de konuşur” olmuştur.!

Evlenmeden önce bir kızla konuşmaya can atan ama evlendikten sonra kısa sürede dut yemiş bülbüle dönen erkeği; “Kadınla konuşmanın en etkin yolu susmaktır” kanaatine vardıran nedir?

Bir çay bahçesinde önünüzdeki masada, şevkle, heyecanla konuşan genç adam, bir de karşısındaki bayanın sigarasını yakmak için çakmağına davranıyorsa, “bunlar evlilerdir” demeyeceğinize göre..!

Sebep ne olabilir?

Birinci sebep: Eşinin tavırları

Yaptıklarını anlatmaya başladığında hemen karşı çıkılıyorsa,

Başarıları küçümseniyorsa,

Başarısızlığa uğradığında; “Ben sana söylememiş miydim, ama sen ne zaman beni dinledin ki!” diyerek, “Oh olsun!” der gibi, sıkıntılarına tuz biber ekiliyorsa..!

Sormadan bir şey yapmaması gerektiği intibaını veriliyorsa,

Erkeğe tek bir yol kalıyor demektir; ağzını açmamak.

Yaptığı ya da yapmayı düşündüğü şeylerden bahsetmemek.! Yaptığından ya da yapmayı düşündüğünden bahsetmeyince de geriye konuşacak pek bir şey kalmaz.

Böyle bir psikoloji içine düşen koca, hanımının söz etmek istediklerine de ilgisiz kalır. Dinlemek istemez.

Erkeğe eşi karşısında susmayı öğreten gene eşidir diye söylemek çoğu zaman yanlış olmaz.

İkinci sebep: Erkeklerin sıkıntılarını paylaşmaktan kaçınmaları

Kadınlar, sevinçlerini ve dertlerini birileri ile paylaşmaya can attıkları halde, erkekler özellikle başarısızlıkları ve hatalarından sonra yalnız ve sessiz kalma ihtiyacı duyarlar. Problemleri hakkında konuşmaktan hoşlanmazlar. Sıkıntılarını paylaşmaya yanaşmazlar.

Kadınlar gibi, dertleri paylaşmak yerine, çevresine ilgisini azaltır, durgunlaşır ya da konuşmak yerine TV seyretme, gazete kitap okuma, oyun

oynama, hobileri ile meşgul olma yolunu tercih eder veya içe kapanırlar.

Bu durumda kadın, bunu kendine karşı bir tavır olarak yorumlayıp; önemsenmediği, dinlenmediği, kendisine karşı duygusuz davranıldığını düşüncesi ile endişe ve paniğe kapılıp eşini konuşmaya zorlarsa erkeğin sıkıntısı daha da artar.

Israrlar erkeği, daha çok uzaklaşmaya ya da içine kapanmaya mecbur bırakır.

Bu durumda yapılması gereken şey; üzerine gitmek ve aşırı ilgi ile bezdirmek yerine, ona zaman tanımaktır.

Üçüncü sebep: Kişilik özellikleri

Bazı erkekler için suskunluğun bir diğer sebebi ise kişilik özelliğidir.

Pasif kişilikli olanlar özellikle toplum içinde konuşmaktan, eleştirilecekleri endişeli ile uzak kalmaya çalışırlar.

Bunlar, konuşmaya zorlanırlarsa söyleyecek bir şeyleri olmadığını düşünürler. Israrla konuşmalarını istemek ise, “sorgulanma” hissine kapılmalarına sebep olur.

Saldırgan kişiliği olanlar ise bir tartışmaya meydan verilmemek için mümkün olduğunca ciddi kalmayı ve ev içinde iken bir şeylerle meşgul olmayı yeğlerler.

Dördüncü sebep: Erkeğin konuşma ihtiyacını dışarıda gidermesi

Yaygın bir kanaat olarak kadınların erkeklerden daha fazla konuştuğu düşünülür. Aslında onlar da kadınlar kadar konuşma ihtiyacı duyar, ancak bu ihtiyaçlarını gün içinde iş çevrelerinde giderirler.

Kadınların çoğu zaman erkekler gibi toplum içinde aktif bir işleri olmadığından, ev işleri uğraşırlar, sonra da akşam kocaları eve geldiğinde iki laf etmek isterler. Erkek ise, iş güç yorgunluğu ile eve gelince dinlenmek ister. Konuşma ihtiyacı olmadığı için kadının söyleyeceği çok şey onun ilgisini çekmez. Hatta dinlenme arzusuna engel olarak görülür.

Beşinci sebep: Yetişme tarzının etkisi

Erkeğin çocukluğunda anne babanın birbirleri ile fazla konuşmayan kimseler olması da önemli bir etkendir.

Ailede görülen davranışlar benimsenmiş, içe sindirilen kötü bir rol-model olmuştur.

* * *

“İlkokula gittiğim andan beri tam 9 yıl inek sağar, sonra okula giderdim. Gelince de sığırları yedirir, altlarını süpürürdüm. Babamdan bir güzel söz duyduğumu hatırlamam. 6 kardeştik. Babamın annemle normal konuştuğunu hiç hatırlamam. Çok küfrederdi.

Erkek kardeşlerimin çoğu da babam gibi.

Eşim akrabamızdı. Onun babası aynı babam gibiydi. İki kızı da evden kaçarak evlenmişti.Geçen yıl bir sefer eşim bana arkadan sarıldı, kolumu tuttu. Mutfaktaydım, çok hoşuma gitmişti. Tekrar yap ne olur diye söyledim. Hiç yapmazdı.

15 yaşında evlenmiştim. 18 yaşına kadar üç çocuk oldu.

Şimdi eşimden tiksiniyorum, bana sokulmasını istemiyorum. Onu çok sevmiştim, çok kıskanıyordum, sürekli arıyordum. Rahatsız oluyor; ‘sevme ulan beni diyordu. Kaç sefer dövdü. Bir keresinde kafamdan kanlar aka aka doktora götürdüler.”

Altıncı sebep: Eğitim ve kültür farkı

Eğitim farkı da, iletişim kurmayı etkileyen önemli bir faktördür. Erkeğin eğitimi ile eşinin eğitimi arasında büyük farklar olması halinde erkek, hanımını, öyle her konudan anlamayan biri gibi görebilir. ‘Ne konuşacağım ki?!’ diye düşünür.

Kadının daha eğitimli olması halinde de erkek, onunla konuşurken kültürünün yetmediğini hissedip küçük düşmemek, rencide olmamak için konuşmamayı tercih edebilir.

Yedinci sebep: Erkeğin ailesiyle birlikte oturması

Evlenince ailesi ile oturmak durumunda kalan çiftlerde iletişim problemi yaşanabilir. Çünkü, büyüklerin yanında genç evlilerin birbirleri ile konuşması iyi karşılanmaz.

Hatta bazı yörelerde çocuğunu sevmek, kucağa almak bile saygısızlık olarak görülür. Çocuğu yanına gelse, ayıp olur diye baba onu iter, yanına yaklaştırmak istemez.

Hanımı ile evliliğin konuşamayan erkek, daha sonra babasının evinden ayrılsa da bu alışkanlığını devam ettirebilir.

* * *

“Kocam pasif ve ekonomik özgürlüğü olmayan biri idi. Babasın yanında çalışıyor, çok az miktarda harçlık alıyor, bütün ailesi ile bir arada yiyip içiyorduk.

Kayınpeder çok sert bir adamdı. Bir gün eşimi gözümün önünde dövdü. ‘Vay bilmem ne çocuğu! Sen adam mı oldun ki, benim yanımda karınla konuşuyorsun, ona sahip çıkıyorsun!’ diyordu; yıkıldım!.

Çıplak ayakla leğende çamaşır yıkıyordum. Böbreklerim ağrıyordu. Kimsenin umurunda olmadı. Sürekli ağlıyordum.

Annem; ‘kaçıp gittin, bırakıp gelemezsin; bizi bir daha mı rezil edeceksin!’ diyordu.

Sevdiğim için kaçarak evlendiğim eşimi de artık sevmemeye başlamıştım. Ayrılmak istiyordum. Bu şartlarda ayrılmam mümkün değildi. Karşı komşunun oğluna bakar oldum. Onunla konuştum, daha doğrusu onu ayarttım.

Her şeyi göze almıştım. Sonunda yakalandım. Bu evlilik benim için ölümden beterdi. Ancak böyle yakamı kurtarabilirim diye düşünmüştüm.

Eşimin gizli gizli çok ağladığını fark ediyordum. Kısa süre sonra ayrıldık, eve döndüm.

Benim için yeni bir kabus başlamıştı. Annem sürekli dövüyordu.

Yüzünü erkeklere göstermezdi ama, iki kelimesinden biri ‘kız orospu’ idi. Ama ben hiç orospu olmak istememiştim ki! Şartlar beni bu hale getirdi. Elbette mazeret değil diyeceksiniz ama ne yapabilirdim ki!”

II. Eşiyle GEZMEKTEN Hoşlanmaması

Bazıları, eşleri ile dışarı çıkmaktan, gezip dolaşmaktan, bir ortama girmekten pek hoşlanmazlar. Mecbur kalınca da kısa sürmesini isterler.

Bunda bazı kadınların eşlerini denetleyen tavırları etkilidir.

“Kime baktın?” “Ona niye güldün?” “Şunu söylerken ne demek istedin?” gibi sorularla erkek bunalıyorsa.. Ne yana dönse, bir çift gözün sürekli üzerinde olduğunu hissediyorsa, birlikte çıkmaktan kaçınmak isteyecektir.

III. Eşine TEŞEKKÜR ve İLTİFATTA Zorlanması

Teşekkür etmesini bilmek, olgun bir kişiliğe işarettir. İyilik görenler memnuniyetlerini bir şekilde karşı tarafa hissettirme ihtiyacı duydukları gibi, iyilik yapan taraf da doğal olarak bunu bekler.

Kadınlar, günlük işlerini yaparken beylerinin istek, arzu ve tercihlerini dikkate alırlar.

Temizlikten ütüye, yemekten pastaya kadar, eşinin zevkine göre bir şeyler yapan, hazırlayan kadın; yaptıklarının karşılığını eşinden bir tatlı sözle de olsa almak ister.

Erkekler ise eşlerini taktir etme konusunda ihmalkar davranırlar. Güzel söz söylemek çok zormuş gibi, ya da eşi yaptıklarını zaten yapmaya mecbur, hatta mahkummuş gibi davranmak, kadınlık gibi narin bir yapıda yaralar açabilir.

Hele başka kadınlara ilgi gösterme ve iltifat etmeye oldukça hevesli davranılıyorsa o sıkıntı daha da artar.

Erkeğe mutluluk veren “kadınlık”tır. “Kadınlık” ise korunması ve dikkatli yaklaşılması gereken narin bir yapıdır. Onu kırmamak gerekir.

Kadını güzelleştiren en büyük iksir iltifattır. Bebekliğinden beri güzel sözlerle büyüyen biri ile, horlanarak, itilerek kakılarak büyütülen biri

arasındaki fark gibidir bu! göz ardı edilemez. Edilirse kadın da mutsuz olur, erkek de!

IV. Eşini SEVDİĞİNİ SÖYLEMEKTE Zorlanması

Erkek sevmeye, kadın sevilmeye arzulu. Sevildiğini bilmek kadını mutlu eder. Bunun için sık sık sorma ihtiyacı duyar; “beni seviyor musun?” diye.

Erkek severek mutlu olduğu için ve seven de kendisi olduğundan sorma ihtiyacı duymaz.

Erkeğin, uğrunda hayatını feda edecek kadar önemsediği birine güzel sözler söyleme konusunda cimri davranmasında biraz kişilik ve yetişme tarzı, biraz da kültürel nedenler etkilidir.

V. Eşine “EŞ” OLMAKTA Zorlanması

Evlenmeden önce kadın erkeğin gönlünün kadınıdır. Duygusallığı, giyimi kuşamı,

süslenmesi, edası nazıyla erkeğine hitap etmeye çalışır. Onun gönlünde ve gözündeki yerini korumaya çalışır.

Evlendikten sonra ise, özellikle de çocuk olunca, giderek erkeğin “gönlünün kadını” olmaktan çok “evinin kadını” olmaya başlar.

Bu da erkeğin gönlünün “kadınsız” kalması tehlikesini ortaya çıkarabilir.

Gönlünün kadınını kaybeden erkeğin bu boşluğu bir başkası ile karşılama tehlikesi de olabilir.

Bazen görünür bir sebep olmadan da evli erkeklerin eşlerini bir “dost ve arkadaş” olarak görmeleri zorlaşabilir.

XVI

ERKEĞİ YÖNETMEK İÇİN

KAÇINILMASI GEREKEN

DAVRANIŞLAR

“Erkeğin cebine giden yol gönlünden geçer! Önce göze, sonra gönle hitap etmeli ki, cebine doğru yol alınabilsin.!”

Erkek üzerinde etkili olmak ve onu yönetmek için sadece dişilik yetmez. Bunun için kadınca bir sanat gerekir. Başarılı olmak istiyorsanız bu sanatı iyi öğrenmelisiniz!

Çoğu erkek kadın karşısında oldukça zayıftır. Bu zayıflıkları ya da bir anlamda zaafları ile onlar kadınları tarafından yönetilmeye o kadar yatkındır ki, şöyle desek yanlış olmaz;

“Erkekler dünyayı idare eder, kadınlar da onları!”

Tarihte de bunu doğrulayacak sayısız örnekler bulmak mümkün.

Erkek üzerinde etkili olmak ve onu yönetmek için bazı şeyleri uygulamanın yanında öncelikle kaçınılması gereken şeyler vardır.

Erkeğin karşısında kaçınılması ya da uzak durulması gereken hususların, sadece kadının erkek üzerindeki etkinliğini artırmak için değil, aynı zamanda kadının kendi huzuru için de şart olduğunu bilmek gerekir.

Erkeği Yönetmek

“Yönetmek” bir anlamda “yönlendirmek”tir. Kadının erkekten beklentilerini gerçekleştirmesi ve eşinden gönlünce istifade edebilmesi onun üzerinde etki sahibi olabilmesine bağlıdır.

Çoğu kadının, erkek karşısında bulunmak istediği konum da bu değil midir: “Erkeği üzerinde etkili olmak!”

İşte bunu yapabilmek için, erkeğe tesir etmenin, yani bir anlamda onu yönetmenin püf noktaları iyi bilinmeli.

Konuyu iki başlık altında ele almak gerek;

I. Erkeği yönetmekte “kaçınılması gereken davranışlar”

II. Erkeği yönetmek için “yapılması gerekenler”

Erkeği Yönetmenin Püf Noktaları

I. Onu değiştirmeye kalkışmayın

O sizinle evlenmeden önce başka bir dünyanın adamıydı. Aynen sizin gibi!

Evlilik sadece iki kişinin birlikteliği değil! Elbette birlikte yaşanılan yer ve zamanın sorumlulukları var.

Erkekler ilk zamanlarda bu sorumlulukların pek de farkında olmayabilirler. “Yuvayı yapan dişi kuştur!” diye boşuna söylenmemiş. Sorumluluk duygusu olan ya da bu duyguyu daha çok duyan kişi doğal olarak pek çok şeyi hayat arkadaşından fazla dert edecektir.

Bu sebeple de erkek, kadının gözüne oldukça “sorumsuz” görünür. Halbuki, bu durum “sorumsuzluk”tan çok, evlilik olayına henüz intibak edemediğindendir. Bunun için zamana ihtiyacı vardır.

Eğer siz ona zaman tanımaz da, hemen değişmesini isterseniz, direnecektir. Sabırlı olmak gerek! Eğer o, “kişilikli biri” ise ve evliliği taşıyacak karakterdeyse yavaş yavaş kıvama gelecektir.

Böyle bir yeteneği ve arzusu yoksa tüm uğraşılar boşunadır.

Ona, bir an evvel değişmek zorun imiş gibi davranırsanız, sizin onu beğenmediğiniz hissine kapılır ki, artık onu etkileme, yani yönetme şansınız azalır.

II. Eleştirmeyin! “Gözünden gönlüne, gönlünden cebine giden yolu takip edin!”

Dünyanın en güzel kızı da olsanız, sürekli bir şeylerden şikayet edip duruyorsanız erkeğin gözünde cazibeniz kalmaz. Sizinle birliktelik ona sıkıntı vermeye başlar.

Dişiliği örten ve erkek açısından sıkıntı verici bir durumdur bu! Sadece çocuklara bakan ve de hizmet eden biri durumuna düşmek istemiyorsanız şikayeti, sitemi ve tartışmayı unutmalısınız. Amaç bir şeylere varmaksa bu yollarla olmaz! Olur gibi görünse de tadı kalmaz.

Tarih boyunca eleştiren, tartışan bir kadının amacına ulaştığı görülmemiştir.

Maksat bir şeyler elde etmekse, bu erkeğin üzerindeki olumlu etkilerinizle mümkün olacaktır. Tartışma ve eleştiri ise, hemen her zaman en itici davranışlardır.

Bu yollarla onu etkileyemezsiniz.

Erkeğin cebine giden yol gönlünden geçer! “Gözünden gönlüne, gönlünden cebine!” En etkin yol budur!

III. Onun karşısında kendinizi savunmayın

Erkekler, yakınlık duydukları kadınlarla ilgili olarak “sahiplik” duygusu geliştirirler. Bu duygu “eş” olarak benimsedikleri kadına karşı zirveye çıkmıştır. Artık o kadın, onundur, ona “ait”tir.

Kendisine ait ve oldukça önemli (değerli, kıymetli) olarak gördüğü herhangi bir şey ile kendi arasında görmek istediği sadece “bütünleşme”dir.

Erkek, kendisine ters gelen tüm tavırları, “bütünlük” hissini tehdit edici bir durum olarak algılar.

Bu psikoloji ile, karlısındaki kişinin haklı çıktığını görmeye tahammül edemez ve uzaklaşmak ister.

Siz, sizden ruhen ya da bedenen uzak birisi üzerinde nasıl etkin olabilirsiniz ki?!

IV. Erkeğinizi, size karşı kendini savunmak zorunda bırakmayın

Onun karşısında kendinizi savunmanız ne kadar yanlışsa, onun da sizin karşınızda kendisini savunmak zorunda kalması o kadar kötü bir durumdur.

Bir erkeğin hemen hemen hiç beceremediği şey, eşine ya da bir kadına karşı kendini savunmaktır. Bu, erkeklerin kadına ve evliliğe bakışına da ters

düşer.

"Size ait" birine ya da bir şeye karşı kendinizi savunacaksınız! Mantıksal açıdan çok ters bir iş!

Onları böyle bir konumda bırakmamalı; çünkü, bunu beceremediklerini görünce bocalarlar. Ezilir büzülürler ya da bastırmaya çalışır, azar, bağırıp çağırıp çekip giderler. Bu ise sizin hiç istemeyeceğiniz bir şeydir.

Etkili olmak isteyen bir kadın, onu kendini savunmak gibi zor bir durumda bırakmaz. Bu nedenle de hesap sormaz. O, karşısındakinin hesabını öğrenmeye çalışmaktan çok kendi hesabını yapmasının mantıklı olacağını bilir.

V. Etkili olmak için az konuşup çok dinlemek gerek!

Çoğu zaman konuşmaktansa dinlemek avantajdır.

Erkek, bir şeyler anlatmaya başladığında, yaptıklarının ya da yapmak istediklerinin doğruluğunu veya yanlışlığını öğrenmek için anlatmaz. Onun istediği onaylanmaktır.

Abuk sabuk ta konuşsa onu dinlemeniz sizin için büyük avantaj olacaktır.

Başkalarının kolay kolay göstermeyeceği sabrı göstermeniz, onda mutluluk hissi uyandıracaktır.

Eğer, üzerinde konuştukları, yapılacak işlerle ilgili ise, belki sadece; "Şunu da düşündün mü?" "Şöyle de olabilir mi acaba?" denebilir.

Yanında mutlu olduğu birini bulmuş olmak ne büyük bir şanstır.

İtiraz etmez, dinler, takdir eder; gerekirse teselli eder, moral verirseniz sizden iyisi yoktur.

VI. Annesi ya da ailesinin fertleri ile savaşmayı kabul etmeyin

Kaynana ile ters düşmek gibi bir olumsuzluk kadının kocası üzerindeki etkisini azaltır. Kocaya annesini kesmek kesinlikle yanlış olur. Eşi üzerinde o taraftan gelen tenkitleri ve doldurmaları akıllıca ve soğukkanlı karşılamak gerekir. Asla duygusal tepkiler ve öfke gösterilmemelidir.

Serzenişler ve şikayetler haklı da olsa erkek tarafından hoş karşılanmayacaktır. Üstelenmesi halinde tepki ile karşılanması ihtimali yüksektir.

Başta annesi olmak üzere, ailesi fertlerinden şikayet edilmesi halinde iki arada bir derede kalmış olacak. Taraf tutmakta zorlanacak, gerilecek ve tepkisini de daha çok hanımına yansıtacaktır.

Anne, oğlunu yönlendirmek ister. Kadın da kocasını annesi de olsa, başkasının etkisi alanında görmek istemez. Böylece bir hakimiyet savaşı başlar. Bu savaşın anneler aleyhine sonuçlandığı pek görülmez. Gereksiz kırgınlıklar ve çekişmeler sürer gider. Gelin bundan zarar görür. Sinirleri bozulur. Eşi ile arası açılır.

Bunun için kaynanayla savaşmayı asla kabul etmemek gerekir. Eğer o, oğlunu geline karşı doldurmaya çalışıyor ve erkek de bunun biraz farkında ise, o zaman yapılacak şey, eşinin annesi aleyhinde konuşmak yerine, kocasına;

“O, senin annen, saygılı olmalıyız. Hata etmiş olabilirim. Sen, annenin hatırını sormalısın. O büyüğümüzdür, gönlünü hoş etmeliyiz” gibi şeyler söylemektir.

Bu durumda muhtemelen erkek, eşi ile annesi arasında kıyaslama yapacak, annesinin düşmanca tavrına karşılık, eşinin ılımlı ve saygılı tavrını takdir edecek ve annesine karşı tepkili olmaya daha çok meyil duyacaktır.

Ailede olumsuz tavırlar içinde olan başka fertler de varsa onlarla ilgili olarak ta yine benzer tavırlar geliştirilebilir.

Her zaman mazlum ve haksızlığa uğramış, yanlış anlaşılmış ve buna rağmen karşı saldırıda bulunmayan bir görüntü vermek, eşinin gözünde yücelmek açısından yarar sağlayabilir.

Erkekte “Başarı Duygusu” ve ERKEĞİ YÖNETMENİN

İLK KURALI.!

Erkeğin yapısı ve erkeksi yetenekler “başarı” duygusuna ihtiyaç duyurur. Erkek, “başarı” duygusunu yaşayamadığında motivasyonu bozulur.

Bütün işlerinde ve ilişkilerindeki istikrarı tayin eden de bu duygudur. O, herhangi bir şey karşısında kendini başarısız görürse uzun süre dayanamaz.

Özellikle şu üç şeyde başarılı olduğunu hissetmesi şarttır.

“İş”te,

“Sosyal ilişkiler”inde,

Ve, “Kadın” karşısında.

İlk iki konudaki başarısı, “kadın” konusunda başarısı gibi değildir. Sosyal ilişkiler ve iş konusundaki başarılardan da büyük haz duyar, ama bu başarılar ona aynı zamanda stres yükler.

Çünkü, bu başarılar, onun, daha fazlasını yapmayı, daha yukarılara tırmanmayı gerektirir. Ve bu sebeple de tatmin duygusu ile birlikte yük getirir.

Halbuki, kadın konusundaki başarı diğerlerinin aksine stres değil, “huzur” getirir.

Kadına karşı başarılı olup olmadığını erkeğe gösterecek olan ise, kadının sergileyeceği tavırlardır. Eğer, birliktr olduğu kadın, erkeğinin yanında mutlu ve memnun olduğunu gösterebiliyorsa, bu erkeğe “başarı” duygusu tattırır. O, bu psikoloji ile daha çok “verici” olur. Cinsel ilgi de büyük oranda buna bağlıdır.

“Cinsellik”, genel anlamda kadına karşı kendisini başarılı görmekle doğru orantılıdır. Erkek karşısındaki kadını mutsuz görürse, kendisini “başarısız” hisseder ve bu başka kadınlara karşı istekli olmasına rağmen eşine karşı cinsel isteksizlik ve iktidarsızlık getirir.

Mutsuz görünen biri, erkeğin hevesini kaçırır. Çabasını azaltır. Eve gelme isteğini de etkiler. Çünkü, kimse başarısız olduğu bir işe hevesle devam edemez.

Ne yapsa memnun edemeyeceği kanaatine rağmen birliktelik sürerse, ilgisiz ve gayretsiz bir erkek görüntüsünden başkası olamaz.

Bu görüntü ise kimsenin işine yaramaz. Biri hariç; “Öteki!”

Başka arayışlara girişenlerin bu davranışlarının arkasındaki önemli bir sebep de, yaşanan başarısızlık duygusudur.

İster evlilikte olsun, ister evlilik öncesinde:

Mutsuzluk sergileyerek karşısındaki erkeğe “başarısızlık duygusu” yaşatan kadınlar, istediklerine bu yolla nail olamayacaklarını bilmelidir.

Ancak, erkeğin yanında mutlu görünmesini başarabilen kadın, ona “başarılı olduğu hissi”ni yaşatan kadın amacına ulaşabilir.

Erkeği yönetmenin bir numaralı kuralı da budur!

XVII

ERKEĞİ YÖNETMEK

“Gerçek dost, şartsız dosttur. Dostluğunu şartlara bağlayan, “dost” değil, kendine “bende” arıyor demektir.”

Erkeği Yönetmede İLK KURAL.!

Erkeğin yapısı ve erkeksi yetenekler “başarı” duygusuna ihtiyaç duyurur. Erkek, “başarı” duygusunu yaşayamadığında motivasyonu bozulur.

Bütün işlerinde ve ilişkilerindeki istikrarı tayin eden de bu duygudur. O, herhangi bir şey karşısında kendini başarısız görürse uzun süre dayanamaz.

Özellikle şu üç şeyde başarılı olduğunu hissetmesi şarttır.

“İş”te,

“Sosyal ilişkiler”inde,

Ve, “Kadın” karşısında.

İlk iki konudaki başarısı, “kadın” konusunda başarısı gibi değildir. Sosyal ilişkiler ve iş konusundaki başarılardan da büyük haz duyar, ama bu başarılar ona aynı zamanda stres yükler.

Çünkü, bu başarılar, onun, daha fazlasını yapmayı, daha yukarılara tırmanmayı gerektirir. Ve bu sebeple de tatmin duygusu ile birlikte yük getirir.

Halbuki, kadın konusundaki başarı diğerlerinin aksine stres değil, “huzur” getirir.

Kadına karşı başarılı olup olmadığını erkeğe gösterecek olan ise, kadının sergileyeceği tavırlardır. Eğer, birliktr olduğu kadın, erkeğinin yanında mutlu ve memnun olduğunu gösterebiliyorsa, bu erkeğe “başarı” duygusu tattırır. O, bu psikoloji ile daha çok “verici” olur. Cinsel ilgi de büyük oranda buna bağlıdır.

“Cinsellik”, genel anlamda kadına karşı kendisini başarılı görmekle doğru orantılıdır. Erkek karşısındaki kadını mutsuz görürse, kendisini “başarısız”

hisseder ve bu başka kadınlara karşı istekli olmasına rağmen eşine karşı cinsel isteksizlik ve iktidarsızlık getirir.

Mutsuz görünen biri, erkeğin hevesini kaçırır. Çabasını azaltır. Eve gelme isteğini de etkiler. Çünkü, kimse başarısız olduğu bir işe hevesle devam edemez.

Ne yapsa memnun edemeyeceği kanaatine rağmen birliktelik sürerse, ilgisiz ve gayretsiz bir erkek görüntüsünden başkası olamaz.

Bu görüntü ise kimsenin işine yaramaz. Biri hariç; “Öteki!”

Başka arayışlara girişenlerin bu davranışlarının arkasındaki önemli bir sebep de, yaşanan başarısızlık duygusudur.

İster evlilikte olsun, ister evlilik öncesinde:

Mutsuzluk sergileyerek karşısındaki erkeğe “başarısızlık duygusu” yaşatan kadınlar, istediklerine bu yolla nail olamayacaklarını bilmelidir.

Ancak, erkeğin yanında mutlu görünmesini başarabilen kadın, ona “başarılı olduğu hissi”ni yaşatan kadın amacına ulaşabilir.

Erkeği yönetmenin bir numaralı kuralı da budur!

ERKEĞİ YÖNETMEK İÇİN

YAPILMASI GEREKENLER

Erkek üzerinde kadınca tesir sahibi olmak için kaçınılması gereken davranışların yanında yapılması gerekenleri de iyi bilmeli.

Bunlar aslında hiç de zor şeyler değildir. Sadece biraz irade ve duygulara hakimiyet lazım.

Şöyle düşünmeli;

“Ben eşimle mutlu, eşimin de benden memnun olmasını istiyorum. Sonuç ikimize de mutluluk getirecekse neden olmasın ki?!”

Bunun için;

I. Erkeğinizi, sık sık takdir edecek vesileler aramalısınız

“Takdir” insanoğlunun çok kolay etkisinde kaldığı ve karşı koyamadığı, en tesirli silah!. Bu zaaf çok kolay kullanılabilir. Yeter ki, söylediklerinizde küçük bir doğruluk payı bulunsun!

Şu Fransız atasözünün; “insan her yaşta çocuktur, değişen oyuncaklarıdır” dediği gibi, erkeklerin büyük ekseriyeti de kadın karşısında çocuk gibidir.

Çocukları bir şeye teşvik etmek için azarlamanın yani “tekdir” etmenin değil de, “takdir” etmenin ne büyük etkisi olduğu bilinir. Erkeklerin de “tektir” edilecek yönleri olsa da, “takdir” edilecek yönlerini öne çıkarmak etkili olacaktır. Onlar bundan büyük haz duyar.

Mutlaka eleştirmeniz gereken bir konu varsa, o zaman bile önce övülecek yönlerini dile getirerek söze girerseniz, bu, amacınıza daha uygun düşer.

İnsanlardan almak istediklerinizi onları suçlayarak alamazsınız. Ya da tartışarak, sitem ve durmadan yakınarak olmaz. En etkin yol överek verimlendirmektir.

“Takdir” edilmenin etkisi, uyuşturucuların etkisine benzer. Bir kere tadını alınca, periyodik aralıklarla almak ister insan. Uyuşturucunun, uçurucu hazzını sürekli tatmak için nasıl bir bedel ödeniyorsa, takdirin hazzına alışan kişi de bunun için gönüllü olarak bedel ödemeye başlar. Bu bedel, isteklerinizin yerine getirilmesidir işte!.

Siz bunu yapmazsanız birileri yapar.

Bir gün biri ona; “Bugün ne kadar da iyi görünüyorsunuz!” “Şu giydiğiniz size ne güzel yakışmış!” “Ses tonunuza hayranım! Ne kadar da etkileyici konuşuyorsunuz!” derse “zokayı yuttu!” demektir.

Hele bir de, onu süzen bakışlarla bakıp; “Sizin gibi biri ile yaşamak büyük mutluluk olmalı!” diye söylerse..!

İçinde birazcık eğilim varsa, kurtarın kurtarabilirseniz!.

Aynı şekilde niye siz davranmayasınız?!

Övün, iltifat edin ki, kendisini sizin beyaz atlı prensiniz olarak görsün.

Kahramanınız olduğu duygusunu yaşasın.

Bayılsın, mest olsun ki, sizi de memnun etsin.!

II. Hobilerine izin verin, hatta destekleyin

Evlenmek, evlilikten önceki her şeyden vazgeçmek demek değildir. Kadınların sıkıntılarını konu komşu ve arkadaşları arasında gidermeye yatkın olmalarına karşın erkekler stres atmak için daha çok hobilere yönelirler.

Kadınlara mantıklı gelmeyen spor ve oyun düşkünlükleri, hobi grupları, sosyal-siyasal ilişkileri onlar için vazgeçilmez gibi görünür.

Bazıları bunu, kocalarının kendilerini ihmal etmesi olarak algılar ve şiddetle karşı çıkarlar. Engellemeye çalışırlar.

Halbuki, onlar rahat bırakılmazlarsa sıkılır ve daha kötü arayışlara yönelebilirler.

Eğer; "seni anlamıyorum, ne buluyorsun bu işlerde!" demek yerine, onu serbest bırakır, hatta- zararsız işler ise- biraz da destekler gibi görünürseniz sıkıntınız azalacak. Onun da size karşı kendini ispat etme isteği olmayacak. Ve belki daha kısa sürede alışkanlıkları azalacaktır.

III. Mutlu olduğunuzu gülen yüzünüzle gösterin

Güler yüzlü olun, olumlu düşünün! Çünkü; nasıl düşünüyorsanız öyle olacaksınız ve karşınızdaki de sizi öyle görecek.

Güzel düşünceler güzel duyguları, güzel uygular da güzel tavırları ortaya çıkarır. Sonunda da siz kendinizi mutlu hissedersiniz.

Emerson'un dediği gibi; "Bir adam bütün gün ne düşünüyorsa, odur! Mesut düşünerek mesut, sefil düşünerek sefil olursunuz!."[1]

Beyninin içindeki olumsuz düşünceleri ve sıkıntılı duygularının davranışlara yansıması ile sefil görünen biri kimseye cazip gelmez. Olumsuz duygular gibi, olumlu duygular da bulaşıcıdır.

Güler yüzünüzle mutlu görünürseniz yanınızdaki de bundan etkilenir.

Hiçbir şey bir kadını tatlı bir gülümseme kadar güzel ve çekici hale getiremez.

IV. Ona her zaman dost olacağınızı hissettirin

Söz ve davranışlarınızla, bir gün eşinize düşman olabileceğinizi asla düşündürtmeyin.

O sizin gerçek bir "dost" olduğunuzu görsün. Arzu edilmese de, bir gün ayrılık söz konusu olursa, bu dostluğun bitmeyeceğine inansın.

Dost, her hal ü karda dosttur.

İnsanlar üzerinde uzun süre etkili olabilecek kişiler sadece gerçek dost samimiyeti gösterebilenlerdir.

V. "Hayır!" demesine izin verin

Çoğu "kaca"nın kendini ispat etme arzusu içinde "hayır" demeye ihtiyacı vardır.

"Hayır" dediyse, daha uygun bir zeminde, "hayır" demeyeceği bir zamana kadar isteklerinizi unutmuş görmeniz gerekir. Aksi halde istediğinize de, isteyeceğinize de pişman olabilirsiniz!. Daha sonra konuyu gündeme getirmenin yollarını da kapatmış olursunuz.

İnsan bir kere "hayır" dediyse, bilmelisiniz ki, bu "hayır" sözü sadece bir tek kelimeden ibaret değildir. "Hayır"ın sözü ile bir dizi sinirsel, fizyolojik ve hormonal reaksiyonlar arka arkaya gelişmeye başlar. Peşi sıra savunma ve saldırılar gelebilir.

Mademki, bazı erkeklerde "hayır!" diyerek kendini ispat etme arzusu var, öyleyse şöyle bir yol takip etmek onları rahatlatabilir.

Gerçekte pek de istemediğiniz, ama çok arzu ediyormuş görüneceğiniz isteklerde bulunun. Özellikle "hayır" diyeceği istekler olsun. O "hayır" deyince de, susun. Rahatlasın ve de sizin ne kadar uyumlu biri olduğunuzu düşünüsün.

Bu iki açıdan önemlidir.

Bir: O kendini size karşı hakim ve otoriter görerek duygularını tatmin etmiş olacak.

İki: Belki, reddetmenin bir miktar vicdan azabını hissedecek ve bunun karşılığında bir şeyler yapma ihtiyacı da duyacak. Ve de size kapı aralanacaktır.

VI. Hatalarından istifade edin

Erkeğin hataları kadın için bir fırsattır; ama çoğu kadın bunu bilmez ve yanlış yapar.

İstediğiniz bir işi yapmayı unuttuğunda ya da bir sorumluluğunu yerine getiremediği zaman, bu, onun en zayıf ve en duyarlı olduğu andır.

Bundan istifade edebilirsiniz.

Böylesi durumlarda kadınlar, eşlerini hırpalamak ve ona olan hıncını alıp rahatlamak için fırsat ele geçirdiğini sanarak; sözleri, ses tonu ya da bakışlarıyla hoşnutsuzluğunu belli ederse, hata eder ve daha büyük kazanç elde etme fırsatını kaçırır.

Erkeğinizin hata yaptığı ve başarısız olduğu durumlar, sizin haklılığınızı ispat etme ve kısa bir an için rahatlama fırsatı olmamalı. Onu hırpalama imkanı yakaladığınızı zannetmek yerine; destekleyici, moral verici bir tutum içinde olursanız, kazanan siz olursunuz.

Karşınızda ezilmesine sebep olan hatasıyla önemli bir fırsat önünüze çıkmıştır. Hatasının önemli olmadığını, kendisinin ve birlikteliğinizin önemli olduğunu, telafi edilemeyecek hatanın bulunmadığını söylemelisiniz.

Eğer bunu yapmayı becerebilirseniz, erkeğinizin gözünde yücelir, sevilmeye ve uğrunda daha büyük fedakarlıklar yapılmaya layık biri olduğunuz düşüncesini uyandırmış olursunuz.

Hataları karşısında erkeğinizin gözünde yücelme fırsatı bulmuşken, bunu değerlendirmemeniz ne büyük bir kayıp!

VII. Evde "kadın", yatakta "dişi" olduğunuzu gösterin

Hayal dünyanızdan çıkın. Hatıralara güvenmeyin. Yaşananlar, onun size bağlı kalmasına yetmez. Şu anki gerçekliğiniz önemli!.

Şimdi ne durumdasınız?

Siz bir erkek olsaydınız kendinizi nasıl görürdünüz? İsterseniz geçin aynanın karşısına, kendinize bir bakın!

Nişanlandığınız zamanki fotoğraflarınızı göz önünde bulundurun. Elbette yaşınız ilerleyince değişiklikler olacaktır. Ama dişiliğinizi gölgede bırakacak şekilde bakımsız iseniz, başka marifetleriniz göze fazla görünmez olur.

Siz, kendinize bakmıyor iseniz, pusuda bekleyenler olabilir.

Unutmamalısınız! Erkek, evinde "kadın", yatağında "dişi" ister! Birinden birini ihmal ediyorsanız etkinliğiniz de o ölçüde azalır.

VIII. Yaşadığınız günün tadını çıkarın!

Ömür yıllar ile, yıllar aylarla, aylar günlerle, günler saatlerle, dakikalarla, saniyelerle yaşanır. Tüm ömrünüz, içinde yaşadığınız günden, hatta andan ibarettir. Nefes aldığınız saniyeler, içinde bulunduğunuz "an"! İşte bütün ömrünüz!

Nefes alıp verdiğiniz şu an, ne hal üzere iseniz, siz o'sunuz.

Öyleyse, her nefeste güzel duygular ve düşünceleri teneffüs edin ki, içinizdeki güzellikler yüzünüze vursun; yüzünüz de, kalbiniz de güzelleşsin.

"Şimdi"nin tadını çıkarabilmek bir mutluluk kuralıdır.

Hayatı mutlu yaşama sanatının gereği budur.

Bilin ki, herkes yetenekleri ölçüsünde gelişir; fazlasını beklemek boşunadır.

"İnsanın boş olanına, kabın dolusuna bir şey ilave edemezsiniz." Boşa uğraşıp kendinizi yormayın. Eşiniz, bu haliyle size yeter mi, yetmez mi, ona karar verin.

Mevcutla yetinmeye çalışın; gelişirse de ne ala!

“Ya hep, ya hiç” anlayışı ilkelliktir; mutluluk getirmez!.

“Toptan kabul yada toptan reddetme” tavrı, olgun bir insan davranışı değildir.

Prof.Dr. Reinhold Niebuhr ne kadar güzel söylemiş;

“Allah bana, değiştiremeyeceğim şeyleri kabul edecek inancı, değiştirebileceğim şeyleri değiştirecek cesareti, aradaki farkı bilecek aklı ihsan eylesin.”[2]

Ve şu söze kulak verin;

“Hayat yolculuğuna hazırlanırken ilk temin edilecek malzeme, yeter miktarda kadere rızadır.”[3]

Siz, bu duygularla eşinizin gözüne daha ılımlı, olumlu ve mutlu görünürsünüz ki, bundan o da mutlu olur, siz de..!

[1] Dale Carnegie, age, s.135

[2] Daniel Goleman, Duygusal Zeka, Varlığı yay.2000.İst s.117

[3] Dale Carnegie, age, s.108